

Согласовано:  
Заведующий детским садом № 3



Каменск-Уральский ДОУ № 3 - 7 руб 225 руб

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Широканова

29.06.2026

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111,08	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 512	Чай с молоком и сахаром	180	2,88	4	12,06	101,1
1 579	Печенье сахарное	51	3,83	5	37,94	207,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>411</b>	<b>12,9</b>	<b>16</b>	<b>75,3</b>	<b>497</b>
<b>Обед</b>						
1 030,19	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,94	5	12,82	100,2
466	Биточек из свинины	70	9,85	16	5,5	207,5
824,04	Соус белый основной	30	0,87	1	1,46	21,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	0,28	0	19,73	82,39
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>640</b>	<b>23,35</b>	<b>28</b>	<b>98,69</b>	<b>735,19</b>
<b>Полдник</b>						
1 488	Морковь отварная	95	1,2	4	6,25	68,4
995	Пюре картофельное	100	2,17	3	14,69	98
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
925	Напиток апельсиновый	180	0,12		18,21	74
<b>Итого за Полдник</b>		<b>395</b>	<b>5,63</b>	<b>8</b>	<b>50,25</b>	<b>295,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1446</b>	<b>41,88</b>	<b>52</b>	<b>224,24</b>	<b>1527,39</b>

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детским садом № 3



Каменск-Уральский Яс 1-3 руб 200 руб

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Широканова

29.06.2026

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111,08	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,16	6	21,08	157
1 512	Чай с молоком и сахаром	150	2,4	4	10,05	84,2
1 579	Печенье сахарное	34	2,55	3	25,3	138,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>334</b>	<b>10,11</b>	<b>13</b>	<b>56,43</b>	<b>379,6</b>
<b>Обед</b>						
1 030,19	Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,62	4	10,68	83,5
466	Биточек из свинины	50	7,04	11	3,93	148,2
824,04	Соус белый основной	30	0,87	1	1,46	21,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	3	27,77	160,2
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	150	0,23	0	16,44	68,66
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>540</b>	<b>19,32</b>	<b>21</b>	<b>86,64</b>	<b>616,36</b>
<b>Полдник</b>						
1 488	Морковь отварная	50	0,63	2	3,29	36
995	Пюре картофельное	100	2,17	3	14,69	98
925	Напиток апельсиновый	150	0,1		15,18	61,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>320</b>	<b>5,04</b>	<b>6</b>	<b>44,26</b>	<b>250,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1194</b>	<b>34,47</b>	<b>40</b>	<b>187,33</b>	<b>1246,46</b>

Технолог: