

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкалова



Красноуфимск ШУ Обед 7-11 178 руб ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

Обед

818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,2
1 039,01	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом кур @	200	1,94	2	13,95	80,7
1 018	Плов со свининой @	200	16,1	37	48,78	511,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед		705	23,93	43	125,31	874,2
Итого за день		705	23,93	43	125,31	874,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова



03.02.2026 (вторник)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 178 руб ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	50	1,14	4	4,73	57,4
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	5,33	3	14,51	105,7
255,04	Биточек из мяса кур	90	195,07	61	134,03	1 916,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед		720	210,92	73	227,98	2 449,8
Итого за день		720	210,92	73	227,98	2 449,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова



04.02.2026 (среда)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 178 руб ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	90	18,84	7	11,02	183,4
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6
828	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		700	37,6	21	111,38	783,2
Итого за день		700	37,6	21	111,38	783,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова



05.02.2026 (четверг)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 178 руб ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	1,02	4	5,64	63,9
1 113	Суп картофельный с клецками	200	2,14	2	16,6	97,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	90	15,26	13	12,35	229,3
600	Соус сметанный	15	0,26	2	1,01	15,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед		750	29,17	27	117,17	816,8
Итого за день		750	29,17	27	117,17	816,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова



06.02.2026 (пятница)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 178 руб ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
12 160,01	Салат Золушка	60	1,35	5	6,24	80,2
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 025	Жаркое по-домашнему из свинины @200	200	11,68	27	24,8	325
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед		700	19,12	39	76,93	672,1
Итого за день		700	19,12	39	76,93	672,1