

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

02.02.2026 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 178р род.пл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	80	1,4	4	7,93	74,9
1 039,01	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом кур @	250	2,42	2	17,43	100,8
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	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Обед		790	26,03	45	138,04	951,8
Итого за день		790	26,03	45	138,04	951,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкалова



03.02.2026 (вторник)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 178р род.пл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	1,37	4	5,68	68,9
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	6,67	4	18,13	132,1
255,04	Биточек из мяса кур	100	216,74	68	148,92	2 129,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
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		820	235,43	82	255,01	2 744,2
Итого за день		820	235,43	82	255,01	2 744,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкалова



04.02.2026 (среда)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 178р род.пл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
139	Суп картофельный с бобовыми	240	5,64	5	20,62	160
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	100	20,93	7	12,24	203,8
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		800	44,53	23	140,69	942,8
Итого за день		800	44,53	23	140,69	942,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова

05.02.2026 (четверг)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 178р род.пл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	80	1,35	6	7,53	85,2
1 113	Суп картофельный с клецками	240	2,56	3	19,91	116,6
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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
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		825	30,93	29	128,93	885,6
Итого за день		825	30,93	29	128,93	885,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова

06.02.2026 (пятница)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 178р род.пл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
12 160,01	Салат Золушка	70	1,57	6	7,28	93,5
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
1 025,05	Жаркое по-домашнему из свинины @	200	13,11	30	24,8	350,7
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Обед		735	23,11	44	93,57	778,3
Итого за день		735	23,11	44	93,57	778,3

Е.А. Широкова

~~07.02.2026~~ (суббота)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 178р род.пл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
84	Суп картофельный со сметаной	250	2,68	4	20,28	145,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины _@	100	11,17	28	3,61	236,3
995	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		785	24,07	41	107,69	807,6
Итого за день		785	24,07	41	107,69	807,6