

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова

16.02.2026 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 178 руб ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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 свиной @	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. Широканова

17.02.2026 (вторник)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 178 руб ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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	19,51	6	13,4	191,6
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	35,36	18	107,35	725,1
Итого за день		720	35,36	18	107,35	725,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова

18.02.2026 (среда)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 178 руб ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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. Цирканова

19.02.2026 (четверг)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 178 руб ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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. Цирканова

20.02.2026 (пятница)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 178 руб ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирканова

21.02.2026 (суббота)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 178 руб ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
84	Суп картофельный со сметаной	200	2,14	3	16,22	116,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины @	90	10,06	25	3,25	212,7
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
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	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		700	22,3	36	103,02	739,8
Итого за день		700	22,3	36	103,02	739,8