



Е.А.Широканова

Белки, г	Жиры, г	Гликоды,	ЭЦ, ккал	№ Рес.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак							
9,39	4,25	56,24	332,73	1013	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	250	51,80
0,08	7,00	0,13	75,20	1259,01	Масло сливочное (порциями)	10	16,00
2,19	3,00	1	36,30	97	Сыр (порциями)	20	26,45
4,80	4,00	0,28	62,80	349,01	Яйцо отварное	40	17,00
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,08
18,05	19,25	85,64	665,03				124,00
Обед							
2,24	5,25	12,00	161,50	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	37,26
2,29	2,00	0,09	23,60	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10	10,37
12,46	5,00	10,08	198,80	1085	Тефтели из мяса птицы с луком	100	76,48
5,52	8,40	30,06	254,88	513	Рис припущенный с овощами	180	34,02
0	0	21,18	84,90	699,01	Напиток из сока	200	10,91
2,84	1,17	14,28	84,70	897	Хлеб пшеничный	35	5,06
2,98	1,40	15,56	90,72	1148	Хлеб ржаной	35	4,90
28,33	23,22	103,25	899,10				179,00
Итого							303,00

Технолог:



Согласовано:
Директор образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор
ООО "Азбука питания"
Е.А.Широканова

на 10 июня 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак							
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,08
0	0	11,18	60,00	854,01	Чай с шиповником	200	6,72
0,48	0,00	11,76	88,00	976	Яблоки свежие	120	31,68
5,70	9,00	29,73	227,00	886	Каша (рис, гречневая) молочная жидкая с маслом сливочным	220	55,43
0,12	11	0,20	112,80	1259,01	Масло сливочное (порциями)	15	24,09
7,80	20,50	65,37	566,00				124
Обед							
2,43	1,00	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,56	1,20	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30	4,2
1,90	8,00	9,14	132,50	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	19,01
1,10	0,00	3,89	24,00	835	Помидоры порционнно	100	26,4
0,68	0,00	27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,02
2,31	3,00	0,00	35,02	1053,02	Мясо свинины отварное (для первых блюд)	10	12,93
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленый	100	89,86
19,29	8,00	78,20	327,60	857	Пюре гороховое	180	13,24
38,04	30,70	160,42	1 041,53				179
Итого							303

Технолог:



Согласовано:
Директор образовательного учреждения

Е.А. Широконова

Утверждаю,
Директор
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широконова

на 13 июня 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак							
5,82	6,20	25	202,28	1013	Каша пшеничная молочная с маслом	155	33,09
6,70	6,00	12,33	130,30	1478	Суфле из творога	75	54,41
2,69	2,80	4,50	36,30	902	Молоко сгущенное	10	4,47
0,01	0,04	16,00	60,20	971	Чай ягодный	200	5,98
7,56	12,00	50,40	394,00	769,12	Булочка домашняя	100	26,05
22,78	27,04	108,26	823,08				124
Обед							
0,80	0,00	2,80	15,00	836	Огурцы свежие порционно	100	20,98
1,98	4,00	10,66	144,60	1181	Суп из разных овощей со сметаной	250	24,43
18,47	4,00	7,74	161,70	1069	Суфле из рыбы	100	82,17
3,91	6,00	26,44	176,30	995	Пюре картофельное	180	39,06
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
2,14	1,00	8,70	54,80	897	Хлеб пшеничный	20	2,89
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20	2,8
29,09	16,00	81,20	684,00				179
Итого							303

Технолог:



Согласовано:
Директор образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор
ООО "Азбука питания"
Е.А.Широканова

на 11 июня 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак							
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,00	1,00	14,66	104,30	693	Батон	40	8,11
13,30	12,00	15,32	264,40	972	Омлет натуральный	180	79,34
0,80	0,00	2,80	15,00	836	Огурцы свежие порционно	100	20,98
2,25	3,00	17,00	122,10	1141,09	Печенье детское	30	12,5
18,35	16,00	60,75	565,70				124
Обед							
3,44	3,00	0,13	35,30	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	15	15,56
2,43	1,00	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,56	1,20	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30	4,2
0,30	0,00	36,28	140,00	588	Компот из смеси сухофруктов	200	14,28
4,43	5,88	12,62	133,27	1021,22	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	40,55
23,23	13,00	58,12	439,40	1075,06	Плов из мяса птицы	300	100,07
36,39	24,08	132,73	898,33				179
Итого							303

Технолог: