

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

06.07.2026 (понедельник)

Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,94	5,4	29,4	185,4
854	Чай с молоком	180	1,23	0,99	14,4	79,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	78
Итого за Завтрак		390	8,75	15,39	51,96	342,6
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
1 329	Суп овсяный с овощами, сметаной на курином бульоне	180	0,19	0,21	1,47	8,6
1 191,03	Бигус с мясом	180	16,44	16,31	9,25	247
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	24,86	106,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		585	22,23	19,48	54,02	480,8
<u>Полдник</u>						
948	Шаньга со сметаной	50	4,37	2,67	22,23	104,3
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		200	4,37	2,67	34,23	152,2
Итого за день		1 275	35,35	37,54	151,41	1 044,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкая

06.07.2026 (понедельник)

Березовский Яс 182,78

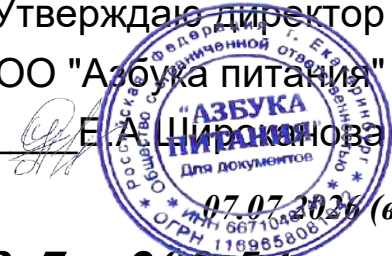
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,95	4,5	24,5	154,5
854	Чай с молоком	150	1,02	0,83	12	66
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7,5	6,8	65
Итого за Завтрак		325	7,29	12,83	43,3	285,5
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
1 329	Суп овсяный с овощами, сметаной на курином бульоне	150	0,16	0,18	1,23	7,2
1 191,03	Бигус с мясом	160	14,62	14,5	8,22	219,6
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	20,72	89
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		505	20,28	17,6	48,61	434,2
<u>Полдник</u>						
948	Шаньга со сметаной	50	4,37	2,67	22,23	104,3
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		200	4,37	2,67	34,23	152,2
Итого за день		1 130	31,94	33,1	137,34	940,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова



07.07.2026 (вторник)

Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

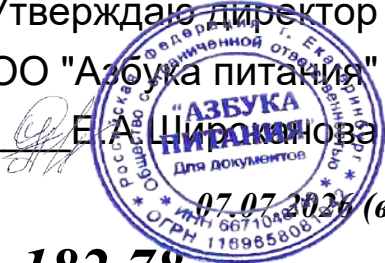
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
845	Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным	180	8,39	7,38	40,11	260,6
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	78
Итого за Завтрак		390	9,97	16,38	62,67	396,1
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
577,01	Суп Харчо с филе куриным	180	2,58	3,84	12,15	93,5
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	70	10,74	6,91	8,27	138,5
995	Пюре картофельное	120	2,61	4,03	17,62	117,6
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31	0,08	21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		590	20,08	16,42	78,36	547,7
<u>Полдник</u>						
1 066	Сырники	60	10,82	6,77	13,63	161,1
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
Итого за Полдник		250	11,02	6,77	31,28	231
Итого за день		1 330	41,07	39,57	183,51	1 243,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкая



Березовский Яс 182,78

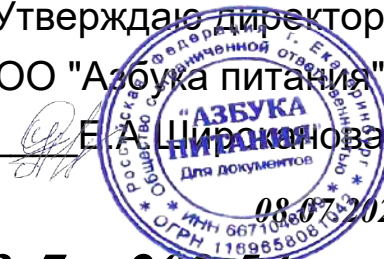
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
845	Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным	150	6,99	6,15	33,42	217,2
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7,5	6,8	65
Итого за Завтрак		325	8,31	13,65	52,22	330,1
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
577,01	Суп Харчо с филе куриным	150	2,15	3,2	10,12	77,9
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	50	7,67	4,93	5,9	98,9
995	Пюре картофельное	100	2,17	3,36	14,69	98
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26	0,07	18,27	76,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		490	16,09	13,12	67,38	457,7
<u>Полдник</u>						
1 066	Сырники	60	10,82	6,77	13,63	161,1
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		220	11,02	6,77	28,88	221,5
Итого за день		1 135	35,42	33,54	159,68	1 078,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкая



08.07.2026 (среда)

Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

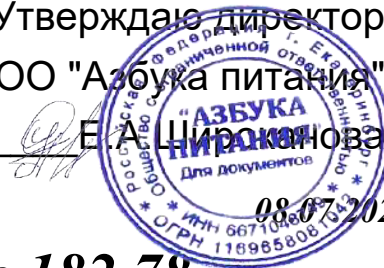
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	6,99	28,61	218,3
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3,38	10,29	88,7
Итого за Завтрак		390	10,66	10,37	53,3	364,4
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	51,7
Итого за Завтрак 2		110	0,44	0,44	10,78	51,7
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	5,6	2,96	38,8
1 033	Свекольник со сметаной	180	2,07	2,37	17,03	98,4
466,05	Тефтельки мясные с рисом (ёжики) с соусом	150	12,06	17,51	21,81	293,2
705,01	Напиток из плодов шиповника с сухофруктами	180	0,29	0,13	22	91,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		590	18,74	27,17	82,2	628,4
<u>Полдник</u>						
769,12	Булочка домашняя	60	4,53	7,09	37,11	236,4
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		210	4,53	7,09	49,11	284,3
Итого за день		1 300	34,37	45,07	195,39	1 328,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова



08.07.2026 (среда)

Березовский Яс 182,78

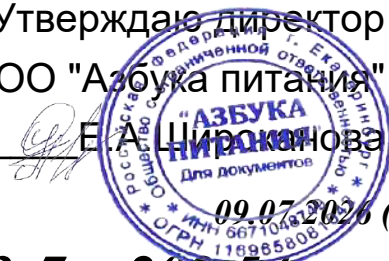
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,39	5,82	23,84	182
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	2,81	8,57	73,9
Итого за Завтрак		325	8,88	8,63	44,41	303,8
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	51,7
Итого за Завтрак 2		110	0,44	0,44	10,78	51,7
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4,2	2,22	29,1
1 033	Свекольник со сметаной	150	1,73	1,97	14,19	82
466,05	Тефтельки мясные с рисом (ёжики) с соусом	130	10,45	15,18	18,9	254,1
705,01	Напиток из плодов шиповника с сухофруктами	150	0,24	0,11	18,33	76,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		500	16,62	23,02	72,04	548
<u>Полдник</u>						
769,12	Булочка домашняя	60	4,53	7,09	37,11	236,4
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		210	4,53	7,09	49,11	284,3
Итого за день		1 145	30,47	39,18	176,34	1 187,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова



09.07.2026 (четверг)

Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	8,06	8	28,52	176,1
1 110,04	Кофейный напиток без молока	180	3,45	3,79	12,94	136,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	78
Итого за Завтрак		390	13,09	20,79	49,62	390,9
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне	180	1,37	3,6	6,58	95,4
1 076	Печень по-строгановски	70	8,82	9,4	1,82	126
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,07	3,47	30,3	174,8
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31	0,08	21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		595	20,56	19,26	79,06	606,1
<u>Полдник</u>						
892	Омлет с картофелем	120	1,23	1,8	1,74	28,2
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	0,68	6,53	41,1
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Полдник		315	2,84	2,48	22,67	126,8
Итого за день		1 400	36,49	42,53	162,55	1 192,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкая



09.07.2026 (четверг)

Березовский Яс 182,78

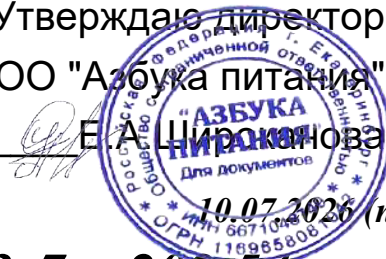
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	150	6,72	6,67	23,76	146,7
1 110,04	Кофейный напиток без молока	150	2,88	3,16	10,78	114
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7,5	6,8	65
Итого за Завтрак		325	10,92	17,33	41,34	325,7
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне	150	1,14	3	5,48	79,5
1 076	Печень по-строгановски	60	7,56	8,06	1,56	108
516	Макаронные изделия отварные с маслом	100	4,23	2,89	25,25	145,6
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26	0,07	18,27	76,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		505	18,18	16,73	69	527,8
<u>Полдник</u>						
892	Омлет с картофелем	100	1,03	1,5	1,45	23,5
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	0,68	6,53	41,1
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		265	2,64	2,18	19,98	112,5
Итого за день		1 195	31,74	36,24	141,52	1 035

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкая



10.07.2026 (пятница)

Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
868	Каша (рис, гречка, пшено) молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,87	6,76	23,38	181,2
919	Какао с молоком	180	4,41	4,5	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3,38	10,29	88,7
Итого за Завтрак		390	13,47	14,64	51,74	440,9
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	180	3,95	4,27	11,02	99
1 028	Колбаска витаминная	70	15,55	3,5	5,05	168
1 000	Каша перловая рассыпчатая	120	3,75	4,18	26,78	159,9
912	Компот из свежих яблок	180	0,1	0,14	21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		590	27,19	13,65	82,74	622,7
<u>Полдник</u>						
1 141,09	Печенье детское	30	2,25	2,94	17	122,1
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Полдник		230	2,25	2,94	33	185,9
Итого за день		1 310	42,91	31,23	178,68	1 318,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкая



10.07.2026 (пятница)

Березовский Яс 182,78

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
868	Каша (рис, гречка, пшено) молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,06	5,63	19,48	151
919	Какао с молоком	150	3,68	3,75	15,06	142,5
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	2,81	8,57	73,9
Итого за Завтрак		325	11,23	12,19	43,11	367,4
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	150	3,29	3,56	9,18	82,5
1 028	Колбаска витаминная	50	11,11	2,5	3,61	120
1 000	Каша перловая рассыпчатая	100	3,13	3,49	22,32	133,3
912	Компот из свежих яблок	150	0,08	0,12	17,91	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		490	21,45	11,23	71,42	516,7
<u>Полдник</u>						
1 141,09	Печенье детское	30	2,25	2,94	17	122,1
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
Итого за Полдник		210	2,25	2,94	31,4	179,5
Итого за день		1 125	34,93	26,36	157,13	1 132,6

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 642744713762551194213577786349843698199248870614

Владелец Валиева Гузалия Ринадовна

Действителен с 26.09.2025 по 26.09.2026