

Согласовано:  
Заведующий БМДОУ  
"Детский сад № 35"  
Консультант А.В.

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Н.А. Широконова



21.09.2026 (понедельник)

## Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

| №<br>рецептуры            | Наименование блюда                             | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|---------------------------|------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|-----------------|--------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                |              |              |              |                 |              |
| 853                       | Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая | 180          | 6,76         | 6,54         | 36,99           | 237          |
| 1 188                     | Чай с сахаром                                  | 180          |              |              | 14,4            | 57,5         |
| 810                       | Бутерброд с сыром                              | 25           | 3,49         | 2,81         | 8,57            | 73,9         |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                | <b>385</b>   | <b>10,25</b> | <b>9,35</b>  | <b>59,96</b>    | <b>368,4</b> |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                |              |              |              |                 |              |
| 707                       | Сок натуральный                                | 100          |              |              | 11,2            | 69           |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                | <b>100</b>   |              |              | <b>11,2</b>     | <b>69</b>    |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                |              |              |              |                 |              |
| 1 021                     | Борщ с капустой, картофелем и сметаной         | 180          | 1,37         | 4,93         | 9,85            | 89,6         |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)            | 5            | 1,15         | 1,15         | 0,04            | 11,8         |
| 1 071,04                  | Рагу с мясом свинины                           | 170          | 2,6          | 0,18         | 23,19           | 279,2        |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                    | 180          | 0,31         | 0,08         | 21,92           | 91,5         |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                 | 20           | 2,14         | 0,9          | 8,7             | 48,4         |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                   | 20           | 1,7          | 0,66         | 9,7             | 51,8         |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                | <b>575</b>   | <b>9,27</b>  | <b>7,9</b>   | <b>73,4</b>     | <b>572,3</b> |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                |              |              |              |                 |              |
| 961                       | Омлет с капустой                               | 120          | 9,13         | 10           | 20,12           | 214,4        |
| 1 188                     | Чай с сахаром                                  | 180          |              |              | 14,4            | 57,5         |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                 | 20           | 2,14         | 0,9          | 8,7             | 48,4         |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                | <b>320</b>   | <b>11,27</b> | <b>10,9</b>  | <b>43,22</b>    | <b>320,3</b> |
| <b>Итого за день</b>      |                                                | <b>1 380</b> | <b>30,79</b> | <b>28,15</b> | <b>187,78</b>   | <b>1 330</b> |

Согласовано:  
Заведующий БМНП  
"Детский сад № 35"  
Консультант А.В.

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Н.А. Широконова



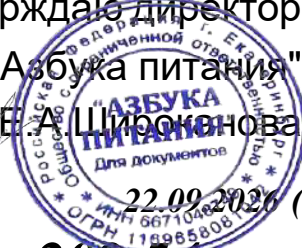
21.09.2026 (понедельник)

## Березовский Яс 182,78

| №<br>рецептуры            | Наименование блюда                             | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                |         |            |           |                 |         |
| 853                       | Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая | 150     | 5,64       | 5,45      | 30,83           | 197,5   |
| 1 188                     | Чай с сахаром                                  | 150     |            |           | 12              | 47,9    |
| 810                       | Бутерброд с сыром                              | 25      | 3,49       | 2,81      | 8,57            | 73,9    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                | 325     | 9,13       | 8,26      | 51,4            | 319,3   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                |         |            |           |                 |         |
| 707                       | Сок натуральный                                | 100     |            |           | 11,2            | 69      |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                | 100     |            |           | 11,2            | 69      |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                |         |            |           |                 |         |
| 1 021                     | Борщ с капустой, картофелем и сметаной         | 150     | 1,14       | 4,11      | 8,21            | 74,7    |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)            | 5       | 1,15       | 1,15      | 0,04            | 11,8    |
| 1 071,04                  | Рагу с мясом свинины                           | 150     | 2,3        | 0,16      | 20,47           | 246,4   |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                    | 150     | 0,26       | 0,07      | 18,27           | 76,3    |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                 | 20      | 2,14       | 0,9       | 8,7             | 48,4    |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                   | 20      | 1,7        | 0,66      | 9,7             | 51,8    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                | 495     | 8,69       | 7,05      | 65,39           | 509,4   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                |         |            |           |                 |         |
| 961                       | Омлет с капустой                               | 100     | 7,61       | 8,33      | 16,77           | 178,6   |
| 1 188                     | Чай с сахаром                                  | 150     |            |           | 12              | 47,9    |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                 | 15      | 1,61       | 0,68      | 6,53            | 36,3    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                | 265     | 9,22       | 9,01      | 35,3            | 262,8   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                | 1 185   | 27,04      | 24,32     | 163,29          | 1 160,5 |

Согласовано:  
Заведующий БМДОУ  
"Детский сад № 35"  
Консультант А.В.

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Н.А. Широконова



22.09.2020 (вторник)

## Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

| №<br>рецептуры            | Наименование блюда                                       | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|----------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|-----------------|----------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                          |              |              |              |                 |                |
| 850                       | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 180          | 6,06         | 7,86         | 25,91           | 199,3          |
| 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            | 138            |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                          | <b>390</b>   | <b>11,09</b> | <b>20,65</b> | <b>47,01</b>    | <b>474,1</b>   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                          |              |              |              |                 |                |
| 707                       | Сок натуральный                                          | 100          |              |              | 11,2            | 69             |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                          | <b>100</b>   |              |              | <b>11,2</b>     | <b>69</b>      |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                          |              |              |              |                 |                |
| 1 018                     | Суп с крупой пшенной "Волна" со                          | 180          | 2,95         | 5,17         | 13,38           | 112,1          |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)                      | 5            | 1,15         | 1,15         | 0,04            | 11,8           |
| 1 308,02                  | Биточек куриный                                          | 70           | 8,35         | 7,75         | 3,43            | 149,1          |
| 857                       | Пюре гороховое                                           | 120          | 12,86        | 5,09         | 32,27           | 218,4          |
| 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             | 48,4           |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                             | 20           | 1,7          | 0,66         | 9,7             | 51,8           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                          | <b>595</b>   | <b>29,44</b> | <b>20,85</b> | <b>89,52</b>    | <b>683</b>     |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                          |              |              |              |                 |                |
| 1 141,09                  | Печенье детское                                          | 35           | 2,63         | 3,43         | 19,83           | 142,5          |
| 854                       | Чай с молоком                                            | 150          | 1,02         | 0,83         | 12              | 66             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                          | <b>185</b>   | <b>3,65</b>  | <b>4,26</b>  | <b>31,83</b>    | <b>208,5</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                          | <b>1 270</b> | <b>44,18</b> | <b>45,76</b> | <b>179,56</b>   | <b>1 434,6</b> |

Согласовано:  
 Заведующий БМНП  
 "Детский сад № 35"  
 Консультант А.В.

Утверждаю директор  
 ООО "Азбука питания"  
 Е.А. Широконова



22.09.2026 (вторник)

## Березовский Яс 182,78

| №<br>рецептуры     | Наименование блюда                                       | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|--------------------|----------------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>     |                                                          |         |            |           |                 |         |
| 850                | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 150     | 5,05       | 6,55      | 21,59           | 166,1   |
| 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             | 115     |
| Итого за Завтрак   |                                                          | 325     | 9,25       | 17,21     | 39,17           | 395,1   |
| <u>Завтрак 2</u>   |                                                          |         |            |           |                 |         |
| 707                | Сок натуральный                                          | 100     |            |           | 11,2            | 69      |
| Итого за Завтрак 2 |                                                          | 100     |            |           | 11,2            | 69      |
| <u>Обед</u>        |                                                          |         |            |           |                 |         |
| 1 018              | Суп с крупой пшениной "Волна" со                         | 150     | 2,46       | 4,31      | 11,15           | 93,4    |
| 1 052              | Мясо кур отварное (для первых блюд)                      | 5       | 1,15       | 1,15      | 0,04            | 11,8    |
| 1 308,02           | Биточек куриный                                          | 50      | 5,97       | 5,54      | 2,45            | 106,5   |
| 857                | Пюре гороховое                                           | 100     | 10,72      | 4,24      | 26,89           | 182     |
| 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             | 48,4    |
| 1 147              | Хлеб ржаной.                                             | 20      | 1,7        | 0,66      | 9,7             | 51,8    |
| Итого за Обед      |                                                          | 495     | 24,38      | 16,91     | 77,26           | 570,1   |
| <u>Полдник</u>     |                                                          |         |            |           |                 |         |
| 1 141,09           | Печенье детское                                          | 25      | 1,88       | 2,45      | 14,17           | 101,8   |
| 854                | Чай с молоком                                            | 150     | 1,02       | 0,83      | 12              | 66      |
| Итого за Полдник   |                                                          | 175     | 2,9        | 3,28      | 26,17           | 167,8   |
| Итого за день      |                                                          | 1 095   | 36,53      | 37,4      | 153,8           | 1 202   |

Согласовано:  
Заведующий БМДОУ  
"Детский сад № 35"  
Консультант А.В.

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Н.А. Широконова



23.09.2026 (среда)

## Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

| №<br>рецептуры     | Наименование блюда                            | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|--------------------|-----------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>     |                                               |         |            |           |                 |         |
| 1 153              | Суп молочный с макаронными изделиями          | 180     | 6,35       | 4,02      | 22,24           | 141,9   |
| 854                | Чай с молоком                                 | 180     | 1,23       | 0,99      | 14,4            | 79,2    |
| 810                | Бутерброд с сыром                             | 25      | 3,49       | 2,81      | 8,57            | 73,9    |
| Итого за Завтрак   |                                               | 385     | 11,07      | 7,82      | 45,21           | 295     |
| <u>Завтрак 2</u>   |                                               |         |            |           |                 |         |
| 707                | Сок натуральный                               | 100     |            |           | 11,2            | 69      |
| Итого за Завтрак 2 |                                               | 100     |            |           | 11,2            | 69      |
| <u>Обед</u>        |                                               |         |            |           |                 |         |
| 1 777              | Суп Шахтерский с гречневой крупой со сметаной | 180     | 5,95       | 3,47      | 32,93           | 186,6   |
| 1 052              | Мясо кур отварное (для первых блюд)           | 5       | 1,15       | 1,15      | 0,04            | 11,8    |
| 1 699,05           | Фигурки рыбные                                | 70      | 10,25      | 14,91     | 5,06            | 195,4   |
| 512                | Рис припущенный                               | 100     | 2,38       | 3,84      | 25,16           | 144,7   |
| 912                | Компот из свежих яблок                        | 180     | 0,1        | 0,14      | 21,49           | 89,2    |
| 897                | Хлеб пшеничный                                | 20      | 2,14       | 0,9       | 8,7             | 48,4    |
| 1 147              | Хлеб ржаной.                                  | 20      | 1,7        | 0,66      | 9,7             | 51,8    |
| Итого за Обед      |                                               | 575     | 23,67      | 25,07     | 103,08          | 727,9   |
| <u>Полдник</u>     |                                               |         |            |           |                 |         |
| 1 192              | Пряник (порц.)                                | 50      | 1,9        | 1,05      | 12,8            | 80,4    |
| 1 188              | Чай с сахаром                                 | 180     |            |           | 14,4            | 57,5    |
| Итого за Полдник   |                                               | 230     | 1,9        | 1,05      | 27,2            | 137,9   |
| Итого за день      |                                               | 1 290   | 36,64      | 33,94     | 186,69          | 1 229,8 |

Согласовано:  
 Завер. Б.М.А.Д.У.  
 "Детский сад № 35"  
 Консультант А.В.

Утверждаю директор  
 ООО "Азбука питания"  
 Е.А. Широконова



23.09.2026 (среда)

## Березовский Яс 182,78

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                            | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|-----------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                               |         |            |           |                 |         |
| 1 153                   | Суп молочный с макаронными изделиями          | 150     | 5,29       | 3,35      | 18,53           | 118,2   |
| 854                     | Чай с молоком                                 | 150     | 1,02       | 0,83      | 12              | 66      |
| 810                     | Бутерброд с сыром                             | 25      | 3,49       | 2,81      | 8,57            | 73,9    |
| Итого за Завтрак        |                                               | 325     | 9,8        | 6,99      | 39,1            | 258,1   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |                                               |         |            |           |                 |         |
| 707                     | Сок натуральный                               | 100     |            |           | 11,2            | 69      |
| Итого за Завтрак 2      |                                               | 100     |            |           | 11,2            | 69      |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                               |         |            |           |                 |         |
| 1 777                   | Суп Шахтерский с гречневой крупой со сметаной | 150     | 4,95       | 2,89      | 27,44           | 155,5   |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)           | 5       | 1,15       | 1,15      | 0,04            | 11,8    |
| 1 699,05                | Фигурки рыбные                                | 70      | 10,25      | 14,91     | 5,06            | 195,4   |
| 512                     | Рис припущенный                               | 100     | 2,38       | 3,84      | 25,16           | 144,7   |
| 912                     | Компот из свежих яблок                        | 150     | 0,08       | 0,12      | 17,91           | 74,3    |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                | 20      | 2,14       | 0,9       | 8,7             | 48,4    |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                  | 20      | 1,7        | 0,66      | 9,7             | 51,8    |
| Итого за Обед           |                                               | 515     | 22,65      | 24,47     | 94,01           | 681,9   |
| <b><u>Полдник</u></b>   |                                               |         |            |           |                 |         |
| 1 192                   | Пряник (порц.)                                | 40      | 1,52       | 0,84      | 10,24           | 64,3    |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                 | 150     |            |           | 12              | 47,9    |
| Итого за Полдник        |                                               | 190     | 1,52       | 0,84      | 22,24           | 112,2   |
| Итого за день           |                                               | 1 130   | 33,97      | 32,3      | 166,55          | 1 121,2 |

Согласовано:  
Заведующий БМДОУ  
"Детский сад № 35"  
Консультант А.В.

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Н.А. Широконова



24.09.2026 (четверг)

## Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

| №<br>рецептуры            | Наименование блюда                              | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|-------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|-----------------|----------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                 |              |              |              |                 |                |
| 1 111                     | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 180          | 5,16         | 5,82         | 24,35           | 171            |
| 483                       | Чай с лимоном                                   | 180          | 0,08         | 0,01         | 13,64           | 71,8           |
| 808                       | Бутерброд с маслом сливочным                    | 25           | 1,32         | 7,5          | 6,8             | 115            |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                 | <b>385</b>   | <b>6,56</b>  | <b>13,33</b> | <b>44,79</b>    | <b>357,8</b>   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                 |              |              |              |                 |                |
| 707                       | Сок натуральный                                 | 100          |              |              | 11,2            | 69             |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                 | <b>100</b>   |              |              | <b>11,2</b>     | <b>69</b>      |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                 |              |              |              |                 |                |
| 1 181                     | Суп из разных овощей со сметаной                | 180          | 1,43         | 2,88         | 7,67            | 104,1          |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)             | 5            | 1,15         | 1,15         | 0,04            | 11,8           |
| 1 027,72                  | Котлета Деревенская                             | 70           | 11,42        | 9,32         | 6,61            | 155,5          |
| 516                       | Макаронные изделия отварные с маслом            | 120          | 5,07         | 3,47         | 24,76           | 174,8          |
| 836                       | Огурцы свежие порционно                         | 30           | 0,24         | 0,03         | 0,84            | 4,5            |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                     | 180          | 0,31         | 0,08         | 21,92           | 91,5           |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                  | 20           | 2,14         | 0,9          | 8,7             | 48,4           |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                     | 20           | 1,7          | 0,66         | 9,7             | 51,8           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                 | <b>625</b>   | <b>23,46</b> | <b>18,49</b> | <b>80,24</b>    | <b>642,4</b>   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                 |              |              |              |                 |                |
| 806,44                    | Маффин творожный                                | 60           | 8,22         | 8,94         | 9,54            | 148,9          |
| 854                       | Чай с молоком                                   | 150          | 1,02         | 0,83         | 12              | 66             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                 | <b>210</b>   | <b>9,24</b>  | <b>9,77</b>  | <b>21,54</b>    | <b>214,9</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                 | <b>1 320</b> | <b>39,26</b> | <b>41,59</b> | <b>157,77</b>   | <b>1 284,1</b> |



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широконова



## Березовский Яс 182,78

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                              | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|-------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 1 111                   | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 150     | 4,3        | 4,85      | 20,29           | 142,5   |
| 483                     | Чай с лимоном                                   | 150     | 0,07       | 0,01      | 11,37           | 59,9    |
| 808                     | Бутерброд с маслом сливочным                    | 25      | 1,32       | 7,5       | 6,8             | 115     |
| Итого за Завтрак        |                                                 | 325     | 5,69       | 12,36     | 38,46           | 317,4   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 707                     | Сок натуральный                                 | 100     |            |           | 11,2            | 69      |
| Итого за Завтрак 2      |                                                 | 100     |            |           | 11,2            | 69      |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 1 181                   | Суп из разных овощей со сметаной                | 150     | 1,19       | 2,4       | 6,39            | 86,7    |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)             | 5       | 1,15       | 1,15      | 0,04            | 11,8    |
| 1 027,72                | Котлета Деревенская                             | 50      | 8,16       | 6,66      | 4,72            | 111,1   |
| 516                     | Макаронные изделия отварные с маслом            | 100     | 4,23       | 2,89      | 20,63           | 145,6   |
| 836                     | Огурцы свежие порционно                         | 30      | 0,24       | 0,03      | 0,84            | 4,5     |
| 928                     | Компот из смеси сухофруктов                     | 150     | 0,26       | 0,07      | 18,27           | 76,3    |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                  | 15      | 1,61       | 0,68      | 6,53            | 36,3    |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                    | 20      | 1,7        | 0,66      | 9,7             | 51,8    |
| Итого за Обед           |                                                 | 520     | 18,54      | 14,54     | 67,12           | 524,1   |
| <b><u>Полдник</u></b>   |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 806,44                  | Маффин творожный                                | 60      | 8,22       | 8,94      | 9,54            | 148,9   |
| 854                     | Чай с молоком                                   | 150     | 1,02       | 0,83      | 12              | 66      |
| Итого за Полдник        |                                                 | 210     | 9,24       | 9,77      | 21,54           | 214,9   |
| Итого за день           |                                                 | 1 155   | 33,47      | 36,67     | 138,32          | 1 125,4 |

Согласовано:  
Заведующий БМДОУ  
"Детский сад № 35"  
Консультант А.В.

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Н.А. Широконова



25.09.2026 (пятница)

## Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

| №<br>рецептуры            | Наименование блюда                                  | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|-----------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|-----------------|----------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                     |              |              |              |                 |                |
| 848                       | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 180          | 6,45         | 15,36        | 38,51           | 243,3          |
| 1 188                     | Чай с сахаром                                       | 180          |              |              | 14,4            | 57,5           |
| 1 046                     | Бутерброд с повидлом                                | 30           | 1,61         | 0,61         | 16,64           | 77,5           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                     | <b>390</b>   | <b>8,06</b>  | <b>15,97</b> | <b>69,55</b>    | <b>378,3</b>   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                     |              |              |              |                 |                |
| 976,03                    | Фрукт (яблоко)                                      | 110          | 0,44         | 0,44         | 10,78           | 51,7           |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                     | <b>110</b>   | <b>0,44</b>  | <b>0,44</b>  | <b>10,78</b>    | <b>51,7</b>    |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                     |              |              |              |                 |                |
| 1 030                     | Рассольник ленинградский со сметаной                | 180          | 1,94         | 4,59         | 12,82           | 100,2          |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)                 | 5            | 1,15         | 1,15         | 0,04            | 11,8           |
| 1 076,01                  | Печень, тушенная в томатном соусе                   | 70           | 7,57         | 7            | 3,72            | 124,2          |
| 998                       | Каша гречневая рассыпчатая                          | 120          | 7,46         | 4,76         | 38,9            | 227,7          |
| 912                       | Компот из свежих яблок                              | 180          | 0,1          | 0,14         | 21,49           | 89,2           |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                      | 20           | 2,14         | 0,9          | 8,7             | 48,4           |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                         | 20           | 1,7          | 0,66         | 9,7             | 51,8           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                     | <b>595</b>   | <b>22,06</b> | <b>19,2</b>  | <b>95,37</b>    | <b>653,3</b>   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                     |              |              |              |                 |                |
| 1 141,09                  | Печенье детское                                     | 35           | 2,63         | 3,43         | 19,83           | 142,5          |
| 914                       | Кисломолочный продукт                               | 180          | 5,22         | 4,5          | 7,2             | 95,4           |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                     | <b>215</b>   | <b>7,85</b>  | <b>7,93</b>  | <b>27,03</b>    | <b>237,9</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                     | <b>1 310</b> | <b>38,41</b> | <b>43,54</b> | <b>202,73</b>   | <b>1 321,2</b> |

Согласовано:  
 Завер. Б.М.А.И.И.  
 "Детский сад № 35"  
 Консультант А.В.

Утверждаю директор  
 ООО "Азбука питания"  
 Е.А. Широконова



## Березовский Яс 182,78

| №<br>рецептуры            | Наименование блюда                                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|-----------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u><b>Завтрак</b></u>     |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 848                       | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 150     | 5,37       | 12,8      | 32,09           | 202,7   |
| 1 188                     | Чай с сахаром                                       | 150     |            |           | 12              | 47,9    |
| 1 046                     | Бутерброд с повидлом                                | 30      | 1,61       | 0,61      | 16,64           | 77,5    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                     | 330     | 6,98       | 13,41     | 60,73           | 328,1   |
| <u><b>Завтрак 2</b></u>   |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 976,03                    | Фрукт (яблоко)                                      | 110     | 0,44       | 0,44      | 10,78           | 51,7    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                     | 110     | 0,44       | 0,44      | 10,78           | 51,7    |
| <u><b>Обед</b></u>        |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 030                     | Рассольник ленинградский со сметаной                | 150     | 1,62       | 3,83      | 10,68           | 83,5    |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)                 | 5       | 1,15       | 1,15      | 0,04            | 11,8    |
| 1 076,01                  | Печень, тушеная в томатном соусе                    | 60      | 6,49       | 6         | 3,18            | 106,4   |
| 998                       | Каша гречневая рассыпчатая                          | 100     | 6,22       | 3,97      | 32,41           | 189,7   |
| 912                       | Компот из свежих яблок                              | 150     | 0,08       | 0,12      | 17,91           | 74,3    |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                      | 20      | 2,14       | 0,9       | 8,7             | 48,4    |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                        | 20      | 1,7        | 0,66      | 9,7             | 51,8    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                     | 505     | 19,4       | 16,63     | 82,62           | 565,9   |
| <u><b>Полдник</b></u>     |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 141,09                  | Печенье детское                                     | 25      | 1,88       | 2,45      | 14,17           | 101,8   |
| 914                       | Кисломолочный продукт                               | 150     | 4,35       | 3,75      | 6               | 79,5    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                     | 175     | 6,23       | 6,2       | 20,17           | 181,3   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                     | 1 120   | 33,05      | 36,68     | 174,3           | 1 127   |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 542876830996891146106243946295074616697218506977

Владелец Константинова Алевтина Викторовна

Действителен с 13.05.2026 по 13.05.2027