

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

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



05.10.2026 (понедельник)

Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

Завтрак

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
Итого за Завтрак		385	10,25	9,35	59,96	368,4

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69

Обед

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
Итого за Обед		575	9,27	7,9	73,4	572,3

Полдник

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
Итого за Полдник		320	11,27	10,9	43,22	320,3
Итого за день		1 380	30,79	28,15	187,78	1 330

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

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



05.10.2026 (понедельник)

Березовский Яс 182,78

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

Завтрак

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
Итого за Завтрак		325	9,13	8,26	51,4	319,3

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69

Обед

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
Итого за Обед		495	8,69	7,05	65,39	509,4

Полдник

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
Итого за Полдник		265	9,22	9,01	35,3	262,8
Итого за день		1 185	27,04	24,32	163,29	1 160,5



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



Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

Завтрак

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
Итого за Завтрак		390	11,09	20,65	47,01	474,1

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69

Обед

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
Итого за Обед		595	29,44	20,85	89,52	683

Полдник

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
Итого за Полдник		185	3,65	4,26	31,83	208,5
Итого за день		1 270	44,18	45,76	179,56	1 434,6

Согласовано:
 Завер. БМНД
 "Детский сад № 35"
 Консультант А.В.

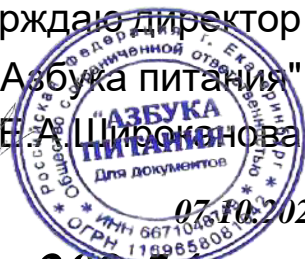
Утверждаю директор
 ООО "Азбука питания"
 Е.А. Широконова
 06.10.2026 (вторник)

Березовский Яс 182,78

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- 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 пшенной "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:
 Завер. Б.М.А.О.У.
 "Детский сад № 35"
 Консультант А.В.

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



07.10.2026 (среда)

Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

Завтрак

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

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69

Обед

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

Полдник

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.И.И.
 "Детский сад № 35"
 Консультант А.В.

Утверждаю директор
 ООО "Азбука питания"
 Е.А. Широконова
 07.10.2026 (среда)

Березовский Яс 182,78

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

Завтрак

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

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69

Обед

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

Полдник

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



08.10.2026 (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>						
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
Итого за Завтрак		385	6,56	13,33	44,79	357,8
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		625	23,46	18,49	80,24	642,4
<u>Полдник</u>						
806,44	Маффин творожный, 60 гр.	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		1 320	39,26	41,59	157,77	1 284,1

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

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



08.10.2026 (четверг)

Березовский Яс 182,78

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
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
<u>Полдник</u>						
806,44	Маффин творожный, 60 гр.	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



Березовский ДОУ 3-7 л 202,54

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

Завтрак

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
Итого за Завтрак		390	8,06	15,97	69,55	378,3

Завтрак 2

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

Обед

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, тушеная 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
Итого за Обед		595	22,06	19,2	95,37	653,3

Полдник

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
Итого за Полдник		215	7,85	7,93	27,03	237,9
Итого за день		1 310	38,41	43,54	202,73	1 321,2

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</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	25	1,34	0,51	13,87	64,6
Итого за Завтрак		325	6,71	13,31	57,96	315,2
<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>						
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, тушенная 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
Итого за Обед		505	19,4	16,63	82,62	565,9
<u>Полдник</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
Итого за Полдник		175	6,23	6,2	20,17	181,3
Итого за день		1 115	32,78	36,58	171,53	1 114,1

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 542876830996891146106243946295074616697218506977

Владелец Константинова Алевтина Викторовна

Действителен с 13.05.2026 по 13.05.2027