

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широканова  
12.01.2026 (понедельник)

**Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 138 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,61	1	16,64	77,5
883	Каша пшенная молочная жидккая с маслом сливочным	160	5,75	6	25,43	194,1
828	Чай с сахаром @_	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
		Итого за Завтрак	515	9,41	8	76,32
		Итого за день	515	9,41	8	76,32
						454,8

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широканова  
13.01.2026 (вторник)

**Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 138 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 141,09	Печенье детское @_	40	3	4	22,67	162,8
1 024	Гуляш из курицы @_	70	12,7	5	2,52	178,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
828	Чай с сахаром @_	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
		Итого за Завтрак	500	25,88	15	100,39
		Итого за день	500	25,88	15	100,39
						728,5

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широканова  
14.01.2026 (среда)

**Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 138 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
450,05	Маффин ванильный @_	60	6,21	6	44,16	259,5
235,05	Каша рисовая молочная жидккая с маслом сливочным	210	5,9	6	33,27	205,4
686	Чай с лимоном @_	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
		Итого за Завтрак	500	15,38	13	117,58
		Итого за день	500	15,38	13	117,58
						610

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

15.01.2023 (четверг)

# Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 138 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 006	Огурцы соленые	30	0,24		0,51	3,9
1 020	Плов с мясом птицы @	190	11,95	11	36,8	294
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Завтрак		480	17,95	13	87,82	520,7
Итого за день		480	17,95	13	87,82	520,7

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

Ф.А. НИРКОНОВА  
для документов

16.01.2028 (пятница)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 138 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 144,02	Маффин шоколадный @	60	3,34	7	37,93	221,4
437,06	Гуляш из мяса свинины @	70	7,82	20	2,53	165,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<u>Итого за Завтрак</u>		500	19,64	32	105,96	722
<u>Итого за день</u>		500	19,64	32	105,96	722

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

Азбука підлітка

17.01.2026 (суббота)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 138 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u><b>Завтрак</b></u>						
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
1110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
<u><b>Итого за Завтрак</b></u>		470	18,52	18	80,89	513,9
<u><b>Итого за день</b></u>		470	18,52	18	80,89	513,9