

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкина

12.01.2026 (воскресенье)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 178 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	80	1,4	4	7,93	74,9
1 016	Суп-пюре овощной	240	3,43	6	16,73	137,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 022	Птица, тушенная в соусе красном с овощами @	100	18,17	8	4,44	163,3
512	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Обед		830	30,82	26	113,19	796,9
Итого за день		830	30,82	26	113,19	796,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкина

13.01.2026 (вторник)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 178 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
839	Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным	80	0,91	3	7,3	57,1
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	240	1,83	7	13,13	119,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	100	20,93	7	12,24	203,8
1 126	Соус томатный	10	0,06	2	0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Обед		835	38,32	28	132,18	895,1
Итого за день		835	38,32	28	132,18	895,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкина

14.01.2026 (среда)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 178 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	80	1,02	12	5,97	136,1
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	3	22,58	141,6
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
255	Биточек из курицы	100	20,93	7	12,24	203,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,01		7,6	18,5
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		840	40,28	28	111,34	853,9
Итого за день		840	40,28	28	111,34	853,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цирканова

15.01.2026 (четверг)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 178 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 057	Котлета из мяса кур Школьная	90	20,7	6	16,32	206,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
995	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		800	34,43	22	123,43	801
Итого за день		800	34,43	22	123,43	801

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цирканова

16.01.2026 (пятница)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 178 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	70	1,6	5	6,63	80,4
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	240	1,82	6	8,77	127,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом @	100	18,27	5	3,31	136,7
512	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5
930	Напиток Ягодка.	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Обед		815	29,42	25	94,72	738,5
Итого за день		815	29,42	25	94,72	738,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цирканова

17.01.2026 (суббота)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 178 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
115,03	Суп картофельный с вермишелью	250	2,37	5	20,01	137,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 024	Гуляш из курицы @	90	16,33	6	3,24	229,8
1 189	Пюре гороховое с морковью	180	2,34	1	5,96	46,8
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 Обед		785	27,95	15	79,76	649
Итого за день		785	27,95	15	79,76	649