

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

12.01.2026 (воскресенье)

Красноуфимск ШУ Полдник 41,80 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Полдник						
450,05	Маффин ванильный @	60	6,21	6	44,16	259,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Полдник		260	6,21	6	60,16	323,3
Итого за день		260	6,21	6	60,16	323,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

13.01.2026 (вторник)

Красноуфимск ШУ Полдник 41,80 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Полдник						
1 182	Манник	75	4,79	6	45,23	251,8
705,01	Напиток из плодов шиповника с сухофруктами	200	0,32		24,44	101,6
Итого за Полдник		275	5,11	6	69,67	353,4
Итого за день		275	5,11	6	69,67	353,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

14.01.2026 (среда)

Красноуфимск ШУ Полдник 41,80 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Полдник						
938	Ватрушка с повидлом	85	5,42	4	57,06	280
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		285	5,42	4	68,03	339,9
Итого за день		285	5,42	4	68,03	339,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

15.01.2026 (четверг)

Красноуфимск ШУ Полдник 41,80 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Полдник						
770	Булочка дорожная	85	6,25	15	48,95	267,6
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Полдник		285	6,31	15	64,11	327,5
Итого за день		285	6,31	15	64,11	327,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

16.01.2026 (пятница)

Красноуфимск ШУ Полдник 41,80 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Полдник						
948	Шаньга со сметаной	85	7,43	5	37,79	177,4
919	Какао с молоком	200	5,65	7	20,08	190
Итого за Полдник		285	13,08	12	57,87	367,4
Итого за день		285	13,08	12	57,87	367,4