



Утверждаю,  
Директор  
"Азбука питания"  
Е.А. Широконова

Согласовано:  
Директор образовательного учреждения

02.03.2026

Белки, г	Жиры, г	Гликозиды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 327 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
8,25	10,00	31,50	257,50	851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250
4,50	6,00	22,00	202,31	1 141,09	Печенье детское	60
		10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
<b>Обед</b>						
1,14	3,00	9,13	71,40	839	Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным	100
2,42	2,00	17,43	100,80	1 039,01	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом кур	250
15,87	12,00	12,24	203,80	255	Биточек из курицы	100
7,61	5,00	45,44	262,10	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180
0,35		24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,55	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
<b>49,76</b>	<b>42,00</b>	<b>238,99</b>	<b>1531,11</b>			

Технолог:

03.03.2026

Белки, г	Жиры, г	Гликозиды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 327 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
9,16	10,00	6,77	135,60	967 / 600,01	Голубцы ленивые из мяса с соусом сметанным с томатом	110
3,91	6,00	26,44	176,30	995	Пюре картофельное	180
		10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
2,55	1,00	14,55	77,70	1 148	Хлеб ржаной	30
<b>Обед</b>						
0,95	6,00	8,28	128,00	817	Маринад овощной	100
6,67	4,00	18,13	132,10	52	Суп рыбный «Мозаика»	250
20,12	18,00	60,98	439,50	1 018	Плов со свининой	250
0,15		17,06	70,40	917,02	Компот из ягод	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
<b>51,53</b>	<b>48,00</b>	<b>221,13</b>	<b>1440,50</b>			

Технолог:

04.03.2026

Белки, г	Жиры, г	Гликозиды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 327 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
10,20	10,00	47,60	337,90	848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	250
5,00	10,00	20,02	256,00	1 870,04	Слойка с вишней	85
		10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
<b>Обед</b>						
6,03	7,00	21,52	178,40	139	Суп картофельный с бобовыми	250
13,80	10,00	8,57	255,80	1 028 / 600,01	Колбаска витаминная	100
8,90	7,00	53,87	302,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
		10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
<b>50,88</b>	<b>47,00</b>	<b>223,14</b>	<b>1643,10</b>			

Технолог:

05.03.2026

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 327 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
11,64	15,00	27,68	256,80	512 / 1 699,05	Рис припущенный, фигурки рыбные 180/50	230
6,21	6,00	24,16	259,50	450,05	Маффин ванильный	60
		10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
2,55	1,00	14,55	77,70	1 148	Хлеб ржаной	30
<b>Обед</b>						
1,10	10,00	5,53	162,70	999,12	Салат "Бурячок"	100
3,82	4,00	20,78	133,20	1 113	Суп картофельный с клецками с мясом птицы	250
13,99	10,00	2,33	126,40	1 436,12	Митболы в соусе	100
3,91	6,00	26,44	176,30	995	Пюре картофельное	180
0,11		23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
51,35	55,00	214,27	1572,60			

Технолог: 

06.03.2026

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 327 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
18,70	17,00	39,40	401,00	1 073 / 1 142	Пудинг творожно-манный с повидлом 180/30	210
0,44		10,78	80,70	976	Яблоки свежие	110
		10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
2,55	1,00	14,55	77,70	1 148	Хлеб ржаной	30
<b>Обед</b>						
2,24	6,00	10,40	133,60	12 160,01	Салат Золушка	100
3,06	8,00	16,72	136,20	1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной с мясом птицы	250
13,30	13,00	13,70	245,80	1 085,01 / 600,01	Тефтели из мяса птицы с рисом с соусом сметанным с томатом	110
7,61	5,00	45,44	262,10	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180
		10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
55,92	53,00	230,88	1677,90			

Технолог: 

07.03.2026

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 327 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
3,27	6,00	13,63	130,60	3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	45
18,40	19,00	46,39	415,00	998 / 1 436,12	Каша гречневая рассыпчатая, митболы в соусе 200/90	290
		10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
<b>Обед</b>						
3,83	5,00	20,32	157,50	84	Суп картофельный со сметаной с мясом птицы	250
19,01	19,00	35,96	508,50	1 025,05	Жаркое по-домашнему из свинины	290
0,35		24,36	101,70	828	Компот из смеси сухофруктов	200
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
2,55	1,00	14,55	77,70	1 148	Хлеб ржаной	30
53,83	52,00	216,16	1621,30			

Технолог: 