



Согласовано
 Директор образовательного учреждения

Утверждаю,
 Директор
 ООО "Азбука питания"
 Е.А.Широканова

на 18 июня 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак							
5,41	8,00	29,98	201,40	868	Каша (рис, гречка, пшено) молочная с маслом сливочным	200	50,01
2,51	2,00	4,40	148,00	935,04	Йогурт в индивидуальной упаковке в стаканчике	125	46,27
4,80	4,00	0,28	62,80	349,01	Яйцо отварное	40	17,00
0,00	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
1,00	0,50	7,33	52,15	693	Батон	20	4,05
13,72	14,50	57,15	544,15				124,00
Обед							
4,43	5,88	12,62	133,27	1021,22	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	40,55
19,39	16,00	31,02	362,20	967	Голубцы ленивые из мяса	200	92,49
0,86	5,00	3,38	51,60	600	Соус сметанный	50	15,37
0,68	0,00	27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,02
3,78	6,00	25,20	197,00	769,12	Булочка домашняя	50	13,03
2,43	1,00	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,56	1,20	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
34,13	35,08	125,42	1 023,03				179,00
Итого							303,00

Технолог: