



ООО "Азбука питания"  
Б.А. Широканова

на 28 января 2026 г.

на 28 января 2026 г. Каменск-Уральский					Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб.
Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.				
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р								
10,06	15,36	3,25	213,80	437,06	Гуляш из мяса свинины	90	68,51	
7,60	4,00	27,87	218,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,31	
0,76	3,00	2,95	9,00	1488	Морковь отварная	60	11,09	
0,10	0,04	16,00	60,20	971	Чай ягодный	200	5,98	
2,00	1,00	14,66	104,30	693	Батон	40	8,11	
20,52	23,40	64,73	605,80				113,00	
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р								
11,17	28,00	3,61	236,30	437,06	Гуляш из мяса свинины	100	76,12	
7,60	4,80	33,44	218,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,31	
2,25	3,00	17,00	122,10	1141,09	Печенье детское	60	25,00	
0,24	0,00	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	11,23	
0,75	0,38	6,25	39,11	693	Батон	15	3,34	
2,27	6,00	11,85	130,90	1175	Рассольник домашний со сметаной и мясом	250	47,73	
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79	
0,31	10,00	2,89	27,80	540	Соус томатный	50	11,37	
11,19	7,00	58,35	341,50	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	24,35	
0,68		27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,02	
5,35	2,25	26,75	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	7,24	
2,13	1,00	11,12	67,30	1147	Хлеб ржаной	25	3,50	
51,71	71,93	242,57	1 811,86				324,00	
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р								
1,82	5,07	11,08	96,71	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	15,82	
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79	
9,32	6,00	39,92	275,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	20,29	
0,10	0,04	16,00	60,20	971	Чай ягодный	200	5,98	
2,03		10,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	3,62	
2,13	1,00	11,12	67,30	1147	Хлеб ржаной	25	3,50	
23,17	21,61	104,31	803,76				135,00	
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р								
2,97	5,00	9,08	93,70	1175	Рассольник домашний со сметаной и мясом	200	35,78	
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79	
9,32	6,00	39,92	275,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	20,29	
0,68		27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,02	
2,03		10,20	71,00	894,01	Хлеб пшеничный.	25	3,62	
2,13	1,00	11,12	67,30	1147	Хлеб ржаной.	25	3,50	
24,90	21,50	113,93	879,65				158,00	
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата								
1,82	5,07	11,08	96,71	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	15,82	
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79	
9,32	6,00	39,92	275,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	20,29	
0,10	0,04	16,00	60,20	971	Чай ягодный	200	5,98	
2,03		10,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	3,62	
2,13	1,00	11,12	67,30	1147	Хлеб ржаной	25	3,50	
23,17	21,61	104,31	803,76				135,00	

Технолог: