УТВЕРЖДАЮ
ООО "КП "ВКУСНАЯ СТРАНА"
/Харитонова Е.Г./

Харитонова Елена Геннадьевна
ИНН 631209220968
ОГРНИП 307631232600012

МЕНЮ

01 ОКТЯБРЯ 2025 г.

Ясли

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: осень-зима							
Стоимость: 210 рублей							
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,4	6,7	23,7	177,5	189	2008
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	20	2,4	2,2	0,1	30,3	213	2012
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
Итого за прием пищи:	**370**	**9,5**	**9,6**	**47,6**	**314,2**		
II Завтрак							
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	0,3	0,0	16,0	66,0	321	
Итого за прием пищи:	**100**	**0,3**	**0,0**	**16,0**	**66,0**		
Обед							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,6	2,0	2,9	32,7	53	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ	150	5,2	2,9	10,7	89,6		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	0,5	26,3	126,2	204	2012
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	50	13,9	10,6	12,7	201,7	314	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,0	0,0	11,6	46,5	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
Итого за прием пищи:	**540**	**26,7**	**16,3**	**83,1**	**587,2**		
Ужин							
ПРЯНИКИ	50	3,0	2,4	37,5	183,0		2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,4	8,9	15,7	151,4	321	2012
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	80	5,4	6,9	2,7	92,6	264	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
Итого за прием пищи:	**400**	**10,9**	**16,200**	**50,8**	**388,5**		
Всего за день:		**51,1**	**45,4**	**256,3**	**1 635,1**		

УТВЕРЖДАЮ
ООО "КП "ВКУСНАЯ СТРАНА"
/Харитонова Е.Г./

Харитонова Елена Геннадьевна
ИНН 631209220968
ОГРНИП 307631232600012

МЕНЮ

01 ОКТЯБРЯ 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: осень-зима							
Стоимость: 210 рублей							
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,2	8,9	31,5	236,1	189	2008
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	20	2,4	2,2	0,1	30,3	213	2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
Итого за прием пищи:	**200**	**12,1**	**12,1**	**60,5**	**399,0**		
II Завтрак							
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	0,3	0,0	16,0	66,0	321	
Итого за прием пищи:	**100**	**0,3**	**0,0**	**16,0**	**66,0**		
Обед							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,6	2,6	3,6	40,8	53	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ	200	6,2	3,4	12,7	107,5		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	0,6	31,1	149,2	204	2012
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	19,5	14,9	17,8	282,4	314	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
Итого за прием пищи:	**700**	**34,9**	**21,9**	**102,8**	**748,4**		
Ужин							
ПРЯНИКИ	50	3,0	2,4	37,5	183,0		2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,8	10,3	18,6	178,9	321	2012
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	80	5,4	6,9	2,7	92,6	264	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15,0	59,9	430	2008
Итого за прием пищи:	**460**	**12,0**	**17,7**	**60,1**	**444,8**		
Всего за день:		**62,4**	**54,2**	**304,7**	**1 953,9**		