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

Харитонова Елена Геннадьевна

МЕНЮ

03 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	4,8	6,6	20,7	161,5	413	2012
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	5,8	0,1	52,4		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:	**357**	**6,5**	**13,1**	**44,6**	**320,3**		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	442	2008
Итого за прием пищи:	**100**	**0,5**	**0,1**	**9,9**	**43,0**		
Обед							
СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ	40	0,7	3,9	3,0	49,4	39	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,2	4,6	7,5	85,6	57	2012
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	110	12,3	6,2	25,7	207,5	20	
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80	12,0	13,0	6,4	190,5	288	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,5	0,1	23,8	98,3	402	2008
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:	**570**	**31,6**	**28,1**	**85,3**	**721,8**		
Ужин							
ПЛЮШКА "МОСКОВСКАЯ"	50	3,8	2,0	24,9	132,0	485	2012
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	16,0	13,1	22,7	276,1	236	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	0,6	1,6	4,0	32,0	351	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008
Итого за прием пищи:	**400**	**19,7**	**15,1**	**59,5**	**454,2**		
Всего за день:		**62,3**	**58,6**	**244,7**	**1 758,2**		

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

Харитонова Елена Геннадьевна

МЕНЮ

03 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,3	8,7	27,7	215,3	413	2012
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	5,8	0,1	52,4		2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
Итого за прием пищи:	**417**	**8,8**	**15,5**	**56,7**	**400,3**		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	442	2008
Итого за прием пищи:	**100**	**0,5**	**0,1**	**9,9**	**43,0**		
Обед							
СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ	50	0,8	4,9	3,7	61,8	39	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,8	5,7	8,8	102,8	57	2012
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	14,6	7,3	30,4	245,2	20	
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80	12,0	13,0	6,4	190,5	288	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	28,5	117,9	402	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
Итого за прием пищи:	**670**	**35,4**	**31,4**	**101,4**	**830,9**		
Ужин							
ПЛЮШКА "МОСКОВСКАЯ"	50	3,8	2,0	24,9	132,0	485	2012
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	18,3	15,1	26,2	319,5	236	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	0,9	2,4	6,7	52,8	351	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5	лл	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008
Итого за прием пищи:	**450**	**23,0**	**18,0**	**70,6**	**541,3**		
Всего за день:		**72,0**	**67,3**	**290,9**	**2 063,3**		