

УТВЕРЖДАЮ
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.
Харитонova Е.Г.



МЕНЮ
10 НОЯБРЯ 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 "ДРУЖБА"	150	4,7	7,5	20,1	168,0	190	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	5,8	0,1	52,4		2012
БАТОН	50	1,5	0,6	10,3	52,4		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
Итого за прием пищи:	460	6,3	14,0	44,0	326,8		
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							
СУП КУРИНЫЙ	200	2,2	3,5	10,2	80,7	86	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	110	3,3	3,7	14,9	106,1	414	2012
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80	12,6	12,7	2,5	174,4		2008
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	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:	580	21,7	22,1	61,6	532,8		
Полдник							
БУЛОЧКА НАСЛАЖДЕНИЕ	50	5,1	6,5	60,3	321,2		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,3	0,0	16,0	66,0		2012
Итого за прием пищи:	200	2,9	3,8	43,9	208,7		
Ужин							
ОВОЩНОЕ РАГУ	180	21,0	27,0	21,0	417,0	309	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	13,2	53,9	431	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:	490	24,2	27,4	52,9	561,4		
Всего за день:		55,1	57,9	205,5	1 523,9		

УТВЕРЖДАЮ
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.
Харитонova Е.Г.



МЕНЮ
10 НОЯБРЯ 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 "ДРУЖБА"	200	6,2	10,0	26,7	223,4	190	2008	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,0	7,0	0,6	60,0		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	8,7	16,8	55,7	416,0			
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								
СУП КУРИНЫЙ	200	2,3	4,0	11,5	91,2	86	2012	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,9	4,4	17,7	125,2	414	2012	
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80	12,6	12,7	2,5	174,4	259	2008	
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	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:	####	23,3	23,9	73,7	602,6			
Полдник								
БУЛОЧКА НАСЛАЖДЕНИЕ	50	2,6	3,6	23,4	121,8			
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,5	0,3	27,3	115,8	372	2012	
Итого за прием пищи:	250	3,1	3,9	50,7	237,6			
Ужин								
ОВОЩНОЕ РАГУ	180	17,0	21,7	17,3	334,5	309	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	13,2	53,9	431	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9			
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008	
Итого за прием пищи:	430	20,9	22,2	54,3	501,8			
Всего за день:		56,4	66,9	244,4	1 801,0			