УТВЕРЖДАЮ
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.
_____/Харитонова Е.Г./

МЕНЮ
11 февраля 2026 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							
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							
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**		
Полдник							
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	3,0	2,4	37,5	183,0		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1	0,1	20,9	84,8	411	2008
Итого за прием пищи:	**200**	**3,1**	**2,5**	**58,4**	**267,8**		
Ужин							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,4	8,9	15,7	151,4	321	2012
МЯСНЫЕ "ЁЖИКИ" В СОУСЕ	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**		

3

УТВЕРЖДАЮ
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.
_____/Харитонова Е.Г./

МЕНЮ
11 февраля 2026 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							
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							
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**		
Полдник							
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	3,0	2,4	37,5	183,0		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,1	27,8	112,7	411	2008
Итого за прием пищи:	**250**	**3,1**	**2,5**	**65,3**	**295,7**		
Ужин							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,8	10,3	18,6	178,9	321	2012
МЯСНЫЕ "ЁЖИКИ" В СОУСЕ	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**		

3