

УТВЕРЖДЕНО

ИП Харитонов Е.В.

СОГЛАСОВАНО



**МЕНЮ**  
12 мая 2026 г.  
**Ясли**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Период: весна-лето</b>							
<b>Завтрак</b>							
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,99	5,74	25,86	175,68	189	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,25	2,86	0,05	35,31		2012
БАТОН	20	1,50	0,58	10,28	52,40		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,36	4,04	21,20	139,48	395	2012
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>13,10</b>	<b>13,22</b>	<b>57,39</b>	<b>402,87</b>		
<b>II Завтрак</b>							
РЯЖЕНКА	100	3,00	1,00	4,20	40,00	435	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>3,00</b>	<b>1,00</b>	<b>4,20</b>	<b>40,00</b>		
<b>Обед</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,65	1,62	3,19	30,06	34	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,28	9,93	14,96	167,46	67	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,34	4,38	15,04	109,15	321	2012
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	4,79	2,56	5,30	63,43	257	2012
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	150	0,20	0,08	13,59	57,30	375	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>15,06</b>	<b>18,87</b>	<b>70,30</b>	<b>514,13</b>		
<b>Полдник</b>							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50		2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,24	0,08	12,33	50,29	431	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>3,99</b>	<b>4,98</b>	<b>49,53</b>	<b>258,79</b>		
<b>Ужин</b>							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	110	4,68	4,59	21,14	144,31	414	2012
ФРИКАСЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	10,78	16,40	4,31	208,70	259	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,58	58,32	430	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>19,20</b>	<b>21,45</b>	<b>63,11</b>	<b>521,04</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>1620</b>	<b>54,35</b>	<b>59,52</b>	<b>244,53</b>	<b>1 736,83</b>		

УТВЕРЖДЕНО

ИП Харитонов Е.В.

СОГЛАСОВАНО



**МЕНЮ**  
12 мая 2026 г.  
**Сад**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Период: весна-лето</b>							
<b>Завтрак</b>							
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,65	7,60	34,45	233,63	189	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,25	2,86	0,05	35,31		2012
БАТОН	20	1,50	0,58	10,28	52,40		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,84	4,48	23,52	154,89	395	2012
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>15,24</b>	<b>15,52</b>	<b>68,30</b>	<b>476,23</b>		
<b>II Завтрак</b>							
РЯЖЕНКА	150	4,50	1,50	6,30	60,00	435	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>4,50</b>	<b>1,50</b>	<b>6,30</b>	<b>60,00</b>		
<b>Обед</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,83	2,05	3,97	37,58	34	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,72	13,29	19,97	223,52	67	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,78	5,20	17,79	129,25	321	2012
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	6,72	3,58	7,44	88,91	257	2012
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	0,27	0,11	18,14	76,49	375	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>19,79</b>	<b>24,61</b>	<b>89,77</b>	<b>662,88</b>		
<b>Полдник</b>							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50		2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,32	0,11	16,43	67,03	431	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,07</b>	<b>5,01</b>	<b>53,63</b>	<b>275,53</b>		
<b>Ужин</b>							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	5,53	5,46	24,97	170,72	414	2012
ФРИКАСЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	10,78	16,40	4,31	208,70	259	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>460</b>	<b>20,07</b>	<b>22,33</b>	<b>68,56</b>	<b>553,93</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>1990</b>	<b>63,67</b>	<b>68,97</b>	<b>286,56</b>	<b>2 028,57</b>		