

УТВЕРЖДАЮ
ООО "КП "ВКУСНАЯ СТРАНА"

Харитонова Е.Г.
Елена
Геннадьевна

МЕНЮ

15 СЕНТЯБРЯ 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Стоимость: 210 рублей							
Завтрак							
	150	4,7	7,5	20,1	168,0	190	2008
КАША "ДРУЖБА"	7	0,0	5,8	0,1	52,4		2012
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	50	1,5	0,6	10,3	52,4		2008
БАТОН	200	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	460	6,3	14,0	44,0	326,8		
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
	100	0,5	0,1	9,9	43,0	442	2008
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0		
Итого за прием пищи:							
Обед							
	40	0,7	1,9	3,5	34,6		2012
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	200	2,2	3,5	10,2	80,7	86	2012
СУП КУРИНЫЙ	110	3,3	3,7	14,9	106,1	414	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	80	12,6	12,7	2,5	174,4		2008
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	150	0,0	0,0	11,6	46,5	376	2012
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	580	21,7	22,1	61,6	532,8		
Итого за прием пищи:							
Ужин							
	50	5,1	6,5	60,3	321,2		2008
БУЛОЧКА НАСЛАЖДЕНИЕ	180	21,0	27,0	21,0	417,0	309	2008
ОВОЩНОЕ РАГУ	200	0,3	0,1	13,2	53,9	431	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	490	24,2	27,4	52,9	561,4		
Итого за прием пищи:							
Всего за день:		55,1	57,9	205,5	1 523,9		

УТВЕРЖДАЮ
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.

Харитонова Е.Г.
Елена
Геннадьевна

МЕНЮ

15 СЕНТЯБРЯ 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Стоимость: 210 рублей							
Завтрак							
КАША "ДРУЖБА"	200	6,2	10,0	26,7	223,4	190	2008
СЫР (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	8,7	16,8	55,7	408,4		
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							
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	50	0,8	2,4	4,4	43,3		2012
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:	480	23,3	23,9	73,7	602,6		
Ужин							
БУЛОЧКА НАСЛАЖДЕНИЕ	50	2,6	3,6	23,4	121,8		
ОВОЩНОЕ РАГУ	200	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:	450	20,9	22,2	54,3	501,8		
Всего за день:		56,4	66,9	244,4	1 793,5		