

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "КП "ВКУСНАЯ СТРАНА"

(Харитонова Е.Г.)

МЕНЮ

18 СЕНТЯБРЯ 2025 г.

Ясли

| 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                          |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ        | 140          | 13,3             | 13,6    | 2,4         | 184,4                         | 223         | 2012             |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                 | 7            | 0,1              | 8,3     | 0,1         | 74,8                          |             | 2012             |
| БАТОН                            | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |             | 2008             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ       | 180          | 2,8              | 2,2     | 15,5        | 93,3                          | 395         | 2012             |
| Итого за прием пищи:             | 350          | 17,7             | 24,7    | 28,3        | 404,9                         |             |                  |
| II Завтрак                       |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ЯБЛОКО                           | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8         | 47,0                          |             | 2008             |
| Итого за прием пищи:             | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8         | 47,0                          |             |                  |
| Обед                             |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                  | 40           | 0,6              | 2,3     | 3,3         | 37,2                          | 45          | 2012             |
| РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ              | 150          | 3,3              | 5,0     | 8,8         | 93,7                          | 75          | 2012             |
| РИС ОТВАРНОЙ                     | 110          | 2,7              | 4,4     | 28,2        | 163,3                         | 315         | 2012             |
| ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 80           | 6,9              | 7,1     | 3,3         | 107,3                         | 302         | 2012             |
| КОМПОТ ИЗ ЯГОД                   | 150          | 0,2              | 0,1     | 16,2        | 67,7                          | 375         | 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:             | 570          | 16,6             | 19,2    | 78,7        | 559,7                         |             |                  |
| Ужин                             |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                | 50           | 4,0              | 4,1     | 28,4        | 167,3                         | 467         | 2012             |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПТИЦЕЙ         | 160          | 9,3              | 11,8    | 16,9        | 214,2                         | 132         | 2012             |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ          | 180/15/5     | 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:             | 400          | 12,5             | 12,2    | 49,0        | 358,6                         |             |                  |
| Всего за день:                   |              | 55,7             | 62,1    | 200,5       | 1 597,5                       |             |                  |

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "КП "ВКУСНАЯ СТРАНА"  
(Харитонова Е.Г.)

Харитонова  
Елена  
Геннадьевна

МЕНЮ

18 СЕНТЯБРЯ 2025 г.

Сад

| Прием пищи, наименование блюда   |          | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|----------------------------------|----------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                  |          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод-ы, г |                               |             |                  |
| Сезон: весна-лето                |          |              |                  |         |              |                               |             |                  |
| Стоимость: 210 рублей            |          |              |                  |         |              |                               |             |                  |
| Завтрак                          |          |              |                  |         |              |                               |             |                  |
| ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ        | 150      | 14,2         | 14,4             | 2,5     | 197,2        | 223                           | 2012        |                  |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                 | 7        | 0,1          | 8,3              | 0,1     | 74,8         |                               | 2012        |                  |
| БАТОН                            | 40       | 3,0          | 1,2              | 20,6    | 104,8        |                               | 2008        |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ       | 200      | 3,1          | 2,4              | 17,2    | 103,5        | 395                           | 2012        |                  |
| Итого за прием пищи:             | 400      | 20,4         | 26,3             | 40,4    | 480,3        |                               |             |                  |
| II Завтрак                       |          |              |                  |         |              |                               |             |                  |
| ЯБЛОКО                           | 100      | 0,4          | 0,4              | 9,8     | 47,0         |                               | 2008        |                  |
| Итого за прием пищи:             | 100      | 0,4          | 0,4              | 9,8     | 47,0         |                               |             |                  |
| Обед                             |          |              |                  |         |              |                               |             |                  |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                  | 50       | 0,8          | 3,0              | 4,1     | 46,4         | 45                            | 2012        |                  |
| РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ              | 200      | 4,0          | 6,0              | 10,5    | 112,4        | 75                            | 2012        |                  |
| РИС ОТВАРНОЙ                     | 130      | 3,1          | 5,3              | 33,3    | 192,7        | 315                           | 2012        |                  |
| ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 80       | 6,9          | 7,1              | 3,3     | 107,3        | 302                           | 2012        |                  |
| КОМПОТ ИЗ ЯГОД                   | 180      | 0,3          | 0,1              | 19,4    | 81,1         | 375                           | 2012        |                  |
| 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      | 18,8         | 21,9             | 94,2    | 652,6        |                               |             |                  |
| Ужин                             |          |              |                  |         |              |                               |             |                  |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                | 50       | 4,0          | 4,1              | 28,4    | 167,3        | 467                           | 2012        |                  |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПТИЦЕЙ         | 210      | 12,3         | 15,6             | 22,2    | 281,0        | 132                           | 2012        |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ          | 180/15/5 | 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:             | 450      | 15,5         | 16,0             | 54,3    | 425,4        |                               |             |                  |
| Всего за день:                   |          | 65,1         | 70,7             | 235,5   | 1 852,4      |                               |             |                  |