

Директор ООО "КП "Вкусная страна"
Харитонов А.В.



Сборщик Н.Н.

МЕНЮ 22 сентября 2026 г. Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период весна-лето							
Завтрак							
	200	6,65	7,60	34,45	233,63	189	2008
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	10	2,25	2,86	0,05	35,31		2012
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	1,50	0,58	10,28	52,40		2008
БАТОН	200	4,84	4,48	23,52	154,89	395	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	430	15,24	15,52	68,30	476,23		
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
	150	4,50	1,50	6,30	60,00	435	2008
РЯЖЕНКА	150	4,50	1,50	6,30	60,00		
Итого за прием пищи:							
Обед							
	50	0,83	2,05	3,97	37,58	34	2012
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	200	5,72	13,29	19,97	223,52	67	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	130	2,78	5,20	17,79	129,25	321	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	6,72	3,58	7,44	88,91	257	2012
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	200	0,27	0,11	18,14	76,49	375	2012
КОМПЮТ ИЗ ЯГОД	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	700	19,79	24,61	89,77	662,88		
Итого за прием пищи:							
Полдник							
	50	3,73	4,90	37,20	208,50		2008
ПЕЧЕНЬЕ	200	0,32	0,11	16,43	67,03	431	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	250	4,07	5,01	53,63	275,53		
Итого за прием пищи:							
Ужин							
	130	5,53	5,46	24,97	170,71	414	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	80	10,78	16,40	4,31	208,70	259	2008
ФРИКАСЕ ИЗ ПТИЦЫ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	30	2,22	0,18	14,60	68,52		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	460	20,07	22,33	68,56	553,93		
Итого за прием пищи:							
	1990	63,67	68,97	286,56	2 028,57		
Всего за день:							

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО