Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитошов А.В.

МЕНЮ

23 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							
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,23	6,39	36,49	225,26	189	2008
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	213	2008
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	**470**	**12,80**	**11,97**	**68,41**	**431,66**		
II Завтрак							
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,75	0,15	14,85	64,50	442	2008
Итого за прием пищи:	**150**	**0,75**	**0,15**	**14,85**	**64,50**		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ	200	12,56	14,11	31,81	304,87		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,29	2,91	27,37	152,91	204	2012
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	12,44	9,65	9,86	176,45	286	2012
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,23	0,07	24,94	106,39	394	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	**660**	**33,99**	**27,15**	**116,44**	**847,75**		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОКОМ	50	5,00	2,57	41,10	207,75	437	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,10	15,20	62,00	431	2008
Итого за прием пищи:	**250**	**5,30**	**2,67**	**56,30**	**269,75**		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА *	100	15,62	12,91	21,66	267,43	237	2012
СГУЩЁННОЕ МОЛОКО	10	0,70	0,82	5,36	31,82		
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		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
Итого за прием пищи:	**460**	**20,48**	**14,60**	**76,12**	**520,76**		
Всего за день:	**1990**	**73,32**	**56,54**	**332,12**	**2 134,42**		

УТВЕРЖДЕНО

СОГЛАСОВАНО