Директор ООО "КП "Вкусная страна"

_____ Харитонов А.В.

_____

_____ Георгиева Н.А.

МЕНЮ

20 октября 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" 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
Итого за прием пищи:	**430**	**15,24**	**15,52**	**68,30**	**476,23**		
II Завтрак							
РЯЖЕНКА	150	4,50	1,50	6,30	60,00	435	2008
Итого за прием пищи:	**150**	**4,50**	**1,50**	**6,30**	**60,00**		
Обед							
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
Итого за прием пищи:	**700**	**19,79**	**24,61**	**89,77**	**662,88**		
Полдник							
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
Итого за прием пищи:	**250**	**4,07**	**5,01**	**53,63**	**275,53**		
Ужин							
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
Итого за прием пищи:	**460**	**20,07**	**22,33**	**68,56**	**553,93**		
Всего за день:	**1990**	**63,67**	**68,97**	**286,56**	**2 028,57**		

УТВЕРЖДЕНО

СОГЛАСОВАНО