Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитонов А.В.

МЕНЮ

22 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 МОЛОЧНАЯ ПШЕНАЯ	200	6,52	7,58	35,27	236,30	1	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,78	0,06	52,36		2012
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,55	4,45	17,58	130,30	397	2012
Итого за прием пищи:	**417**	**13,36**	**18,68**	**68,33**	**497,56**		
II Завтрак							
ЙОГУРТ	150	3,00	2,25	4,50	72,00		2008
Итого за прием пищи:	**150**	**3,00**	**2,25**	**4,50**	**72,00**		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,79	5,93	4,44	74,38	45	2012
СУП КУРИНЫЙ	180	5,19	12,65	19,70	213,67	86	2012
РИС ОТВАРНОЙ	130	2,74	8,39	28,50	200,47	315	2012
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	80	7,52	14,67	4,27	186,15	375	1996
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,16	18,32	76,29	394	2008
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:	**670**	**19,87**	**42,18**	**97,69**	**858,09**		
Полдник							
БУЛОЧКА С АБРИКОСОМ	50	3,80	6,46	33,42	206,09	469	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	**250**	**4,02**	**6,57**	**49,62**	**270,89**		
Ужин							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,77	4,79	17,79	125,62	321	2012
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	10,19	12,27	7,88	182,47	272	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,24	0,06	12,77	53,33	431	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:	**450**	**16,74**	**17,48**	**61,52**	**471,13**		
Всего за день:	**1937**	**56,99**	**87,16**	**281,66**	**2 169,67**		

УТВЕРЖДЕНО

СОГЛАСОВАНО