УТВЕРЖДЕНО

ИП Харитонова Е.Г.

СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ

11 ноября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,23	8,91	31,50	236,25	189	2008
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	213	2012
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:	**450**	**12,15**	**12,11**	**63,26**	**409,95**		
II Завтрак							
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	0,29	0,00	16,01	65,96	321	
Итого за прием пищи:	**100**	**0,29**	**0,00**	**16,01**	**65,96**		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ	200	10,79	12,85	28,61	273,70		
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	4,27	7,28	27,35	192,18	204	2012
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	11,31	15,46	6,25	209,65	314	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	15,49	61,92	376	2012
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:	**650**	**29,91**	**35,95**	**100,78**	**847,16**		
Полдник							
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	2,91	4,04	21,41	115,98	437	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	**250**	**3,13**	**4,15**	**37,61**	**180,78**		
Ужин							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	2,79	2,92	17,20	106,66	321	2012
МЯСНЫЕ "ЕЖИКИ" В СОУСЕ	80	11,97	13,02	6,41	190,50	288	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
Итого за прием пищи:	**460**	**18,52**	**16,41**	**62,89**	**471,67**		
Всего за день:	**1910**	**64,00**	**68,62**	**280,55**	**1 975,52**		