

ДАЮ
ИТОНОВА Е Г

Харитонов Е.Г.

Одделение № 631119

Комбинат питания
«Будущая страна»

Прием пищи, наименование б

№ 125630002171

смена-лето

28 АПРЕЛЯ 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда

1

2



МЕНЮ

30 апреля 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Стоимость: 210 рублей							
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,2	8,9	31,5	236,1	189	2008
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,4	2,2	0,1	30,3	213	2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
Итого за прием пищи:	200	12,1	12,1	60,5	399,0		
II Завтрак							
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	0,3	0,0	16,0	66,0	321	
Итого за прием пищи:	100	0,3	0,0	16,0	66,0		
Обед							
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	50	0,6	2,6	3,6	40,8	53	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ	200	6,2	3,4	12,7	107,5		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	0,6	31,1	149,2	204	2012
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	19,5	14,9	17,8	282,4	314	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
Итого за прием пищи:	700	34,9	21,9	102,8	748,4		
Полдник							
ПРЯНИКИ	50	3,0	2,4	37,5	183,0		2008
КИСЕЛЬ	200	0,1	0,1	27,8	112,7	411	2008
Итого за прием пищи:	250	3,1	2,5	65,3	295,7		
Ужин							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,8	10,3	18,6	178,9	321	2012
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	80	5,4	6,9	2,7	92,6	264	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15,0	59,9	430	2008
Итого за прием пищи:	460	12,0	17,7	60,1	444,8		
Всего за день:		62,4		54,2	304,7	1 953,9	



МЕНЮ
05 мая 2025 г.
Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Стоимость: 210 рублей							
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,9	8,0	26,7	202,6	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	5,8	0,1	52,4		2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	14,6	58,2	430	2008
Итого за прием пищи:	437	8,4	14,8	56,8	391,8		
II Завтрак							
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	47,0		
Обед							
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	50	0,8	2,4	4,4	43,3		2012
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	200	2,4	4,2	12,3	97,1	86	2012
ПЛОВ С МЯСОМ	180	20,2	21,0	33,3	403,3	304	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	68,7		2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2012
Итого за прием пищи:	660	27,1	28,0	87,6	712,2		
Полдник							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,0	4,1	28,4	167,3	467	2012
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	321	
Итого за прием пищи:	250	4,6	4,1	60,4	299,2		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	20,5	14,3	19,7	294,6	237	2012
МОЛО СГУЩЕННОЕ	10	0,3	0,1	36,5	142,0	2	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	15,2	62,0	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
Итого за прием пищи:	360	24,7	14,9	95,2	612,0		
Всего за день:		65,2	62,2	309,8	2 062,2		



МЕНЮ
06 мая 2025 г.
Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: вся лето							
Стоимость: 210 рублей							
Завтрак							
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,6	9,7	24,4	210,3	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	4,1	0,0	37,4		2012
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,2	2,9	0,0	35,3		2012
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,2	15,5	93,3	395	2012
Итого за прием пищи:	437	13,1	19,5	50,2	428,7		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,0	43,2	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	10,0	43,2		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,6	0,0	5,6	26,0	41	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,6	5,9	6,4	94,5	67	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,5	18,5	125,9	321	2012
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	11,1	10,6	10,5	182,0	239	2008
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	0,3	0,1	19,4	81,1	375	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
Итого за прием пищи:	700	22,0	21,5	84,0	622,2		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		2008
РЯЖЕНКА	200	6,0	2,0	8,4	79,8	435	2008
Итого за прием пищи:	250	9,8	6,9	45,6	288,3		
Ужин							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,9	4,4	17,7	125,2	414	2012
ФРИКАСЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	8,0	12,3	4,6	159,4	259	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,6	430	2008
Итого за прием пищи:	460	15,7	17,2	62,2	462,6		
Всего за день:		61,0	65,2	251,9	1 845,0		



МЕНЮ
07 мая 2025 г.
Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Стоимость: 210 рублей							
Завтрак							
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,0	8,1	27,9	205,1	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	8,3	0,1	74,8		2012
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	31,5	213	2008
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	11,3	45,0	430	2008
Итого за прием пищи:	457	10,1	19,7	54,8	435,0		
II Завтрак							
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	47,0		
Обед							
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	50	0,6	2,6	3,6	40,8	53	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ	200	6,2	3,4	12,7	107,5		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	0,6	31,1	149,2	204	2012
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	9,2	11,1	8,2	171,1	286	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,9	0,1	22,9	96,3	394	
Итого за прием пищи:	710	25,5	18,2	102,1	677,6		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С ЯБЛОКОМ	50	2,7	3,9	19,9	108,7	437	
КИСЕЛЬ	200	0,1	0,1	27,8	112,7	411	2008
Итого за прием пищи:	250	2,8	4,0	47,7	221,5		
Ужин							
РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРИАНТ)	200	3,6	9,2	17,0	172,8	342	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
Итого за прием пищи:	450	7,4	9,7	54,7	341,8		
Всего за день:		46,2	52,0	269,1	1 722,9		