

УТВЕРЖДАЮ
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.
/Харитонova Е.Г./

МЕНЮ
01 сентября 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							
Завтрак							
КАША "ДРУЖБА"	200	6,2	10,0	26,7	223,4	190	2008
СЫР (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	180	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
Итого за прием пищи:	417	8,7	16,8	55,7	408,4		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0		
Обед							
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	50	0,8	2,4	4,4	43,3		2012
СУП КУРИНЫЙ	200	2,3	4,0	11,5	91,2	86	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,9	4,4	17,7	125,2	414	2012
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80	12,6	12,7	2,5	174,4	259	2008
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	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:	480	23,3	23,9	73,7	602,6		
Полдник							
БУЛОЧКА НАСЛАЖДЕНИЕ	50	2,6	3,6	23,4	121,8		
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,5	0,3	27,3	115,8	372	2012
Итого за прием пищи:	250	3,1	3,9	50,7	237,6		
Ужин							
ОВОЩНОЕ РАГУ	180	17,0	21,7	17,3	334,5	309	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	13,2	53,9	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:	430	20,9	22,2	54,3	501,8		
Всего за день:		56,4	66,9	244,4	1 793,5		

УТВЕРЖДАЮ
ООО "КП "ВКУСНАЯ СТРАНА"
/Харитонов Е.Г./

МЕНЮ

02 сентября 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							
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,9	8,0	26,7	202,6	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	4,1	0,0	37,4		2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2012
Итого за прием пищи:	437	14,0	18,9	57,1	455,8		
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 ЛЕТНИЙ	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
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	9,7	12,8	33,3	288,0	304	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,3	0,1	19,4	81,1	375	2012
Итого за прием пищи:	680	17,9	19,2	88,3	602,3		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ С ПОВИДЛОМ	50	5,1	6,5	60,3	321,2		2008
РЯЖЕНКА	200	6,0	2,0	8,4	79,8	435	2008
Итого за прием пищи:	250	11,1	8,5	68,7	401,0		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	20,5	14,3	19,7	294,6	237	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	0,9	2,4	6,7	52,8	351	2012
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	12,8	51,3	430	2008
Итого за прием пищи:	360	25,2	17,2	63,0	512,1		
Всего за день:		68,6	64,2	286,9	2 018,2		

УТВЕРЖДАЮ
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.
/Харитонов Е.Г./

МЕНЮ
03 сентября 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
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							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	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		

УТВЕРЖДАЮ
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.
/_____/Харитонов Е.Г./

МЕНЮ
04 сентября 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Завтрак							
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,2	14,4	2,5	197,2	223	2012
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	74,8		2012
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,2	103,5	395	2012
Итого за прием пищи:	400	20,4	26,3	40,4	480,3		
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 СВЕКЛЫ С ИЗЮМОМ	50	0,8	3,0	4,1	46,4	45	2012
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	4,0	6,0	10,5	112,4	75	2012
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	5,3	33,3	192,7	315	2012
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	80	6,9	7,1	3,3	107,3	302	2012
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	180	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:	670	18,8	21,9	94,2	652,6		
Полдник							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,0	4,1	28,4	167,3	467	2012
РЯЖЕНКА	200	6,0	2,0	8,4	79,8	435	2008
Итого за прием пищи:	250	10,0	6,1	36,8	247,1		
Ужин							
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПТИЦЕЙ	180	12,3	15,6	22,2	281,0	132	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	13,2	53,9	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
Итого за прием пищи:	420	15,5	16,0	54,3	425,4		
Всего за день:		65,1	70,7	235,5	1 852,4		

УТВЕРЖДАЮ
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.
/_____/Харитонов Е.Г./

МЕНЮ

05 сентября 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Завтрак							
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,3	8,7	27,7	215,3	413	2012
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	180	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
Итого за прием пищи:	417	8,8	15,5	56,7	400,3		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0		
Обед							
СВЕЖИЕ ОГУРЦЫ	50	0,8	4,9	3,7	61,8	39	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	3,8	5,7	8,8	102,8	57	2012
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	14,6	7,3	30,4	245,2	20	
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80	12,0	13,0	6,4	190,5	288	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	28,5	117,9	402	2008
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:	670	35,4	31,4	101,4	830,9		
Полдник							
ПЛЮШКА "МОСКОВСКАЯ"	50	3,8	2,0	24,9	132,0	485	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,5	0,3	27,3	115,8	372	2012
Итого за прием пищи:	250	4,3	2,3	52,2	247,8		
Ужин							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	18,3	15,1	26,2	319,5	236	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,4	6,7	52,8	351	2012
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	185/15	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008
Итого за прием пищи:	400	23,0	18,0	70,6	541,3		
Всего за день:			72,0	67,3	290,9	2 063,3	

МЕНЮ
08 сентября 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							
Цена: 210 руб.							
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	66,7		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
09 сентября 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Цена: 210 руб.							
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
ВЕТЧИНА	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							
САЛАТ "ЛЕТНИЙ"	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
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	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
10 сентября 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Цена: 210 руб.							
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							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	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		

МЕНЮ
11 сентября 2025

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Цена: 210 руб.							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНАЯ	200	2,7	5,5	12,3	110,2	1	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	5,8	0,1	52,4		2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2012
Итого за прием пищи:	417	8,6	15,2	42,8	343,1		
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 СВЕКЛЫ С ИЗЮМОМ	50	0,8	3,0	4,1	46,4	45	2012
СУП КУРИНЫЙ	180	4,7	6,5	12,3	127,1	86	2012
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	5,3	33,3	192,7	315	2012
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	80	12,5	17,5	4,8	234,9	375	1996
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	25,1	103,5	394	2008
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:	670	25,0	32,9	103,2	817,3		
Полдник							
ПРЯНИКИ	50	3,0	2,4	37,5	183,0		2008
КЕФИР	200	6,0	0,2	8,0	61,9	435	2008
Итого за прием пищи:	250	9,0	2,6	45,5	244,9		
Ужин							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,5	18,5	125,9	321	2012
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	10,5	10,7	8,8	174,3	272	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 И ЛИМОНОМ	180/15/5	0,3	0,1	13,2	53,9	431	2008
Итого за прием пищи:	450	17,0	15,7	64,3	467,5		
Всего за день:		59,9	66,4	271,8	1 938,8		

МЕНЮ
12 сентября 2025

Сад

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сад								
Сезон: весна-лето								
Завтрак								
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,2	27,5	2,7	315,4	223	2012	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	74,8		2012	
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008	
Итого за прием пищи:	400	17,5	37,1	37,3	550,6			
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								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	50	0,8	4,9	3,7	61,8	39	2008	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	3,8	5,7	8,8	102,8	57	2012	
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	14,6	7,3	30,4	245,2	20		
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	19,5	14,9	17,8	282,4	314	2008	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	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:	660	42,4	33,2	98,3	860,7			
Полдник								
РУЛЕТИК С САХАРОМ	50	3,8	6,4	29,9	192,3	469	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	14,6	59,4	431	2008	
Итого за прием пищи:	250	4,1	6,5	44,5	251,7			
Ужин								
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	210	9,9	22,2	37,9	393,0	210	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15,0	59,9	430	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008	
Итого за прием пищи:	450	13,0	22,6	71,8	543,4			
Всего за день:		77,4	99,8	261,6	2 253,4			

УТВЕРЖДАЮ

Харитонов Р.В.

15

ООО КП "Вкусная страна"

MEHIO

15 сентября 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 "ДРУЖБА"	200	6,2	10,0	26,7	223,4	190	2008
СЫР (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	180	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
Итого за прием пищи:	417	8,7	16,8	55,7	408,4		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0		
Обед							
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	50	0,8	2,4	4,4	43,3		2012
СУП КУРИНЫЙ	200	2,3	4,0	11,5	91,2	86	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,9	4,4	17,7	125,2	414	2012
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80	12,6	12,7	2,5	174,4	259	2008
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	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:	480	23,3	23,9	73,7	602,6		
Полдник							
БУЛОЧКА НАСЛАЖДЕНИЕ	50	2,6	3,6	23,4	121,8		
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,5	0,3	27,3	115,8	372	2012
Итого за прием пищи:	250	3,1	3,9	50,7	237,6		
Ужин							
ОВОЩНОЕ РАГУ	180	17,0	21,7	17,3	334,5	309	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	13,2	53,9	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:	430	20,9	22,2	54,3	501,8		
Всего за день:		56,4	66,9	244,4	1 793,5		

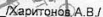


ООО КП "Вкусная страна"

МЕНЮ
16 сентября 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, 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	4,1	0,0	37,4		2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2012
Итого за прием пищи:	437	14,0	18,9	57,1	455,8		
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 ЛЕТНИЙ	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
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	9,7	12,8	33,3	288,0	304	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,3	0,1	19,4	81,1	375	2012
Итого за прием пищи:	680	17,9	19,2	88,3	602,3		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ С ПОВИДЛОМ	50	5,1	6,5	60,3	321,2		2008
РЯЖЕНКА	200	6,0	2,0	8,4	79,8	435	2008
Итого за прием пищи:	250	11,1	8,5	68,7	401,0		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	20,5	14,3	19,7	294,6	237	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	0,9	2,4	6,7	52,8	351	2012
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	12,8	51,3	430	2008
Итого за прием пищи:	360	25,2	17,2	63,0	512,1		
Всего за день:		68,6	64,2	286,9	2 018,2		



МЕНЮ

17 сентября 2025 г.

Сад

3

УТВЕРЖДАЮ:

Харитонов А.В.

ООО КП "Вкусная страна"

МЕНЮ

18 сентября 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Стоимость: 210 рублей							
Завтрак							
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,2	14,4	2,5	197,2	223	2012
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	74,8		2012
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,2	103,5	395	2012
Итого за прием пищи:	400	20,4	26,3	40,4	480,3		
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 СВЕКЛЫ С ИЗЮМОМ	50	0,8	3,0	4,1	46,4	45	2012
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	4,0	6,0	10,5	112,4	75	2012
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	5,3	33,3	192,7	315	2012
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	80	6,9	7,1	3,3	107,3	302	2012
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	180	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:	670	18,8	21,9	94,2	652,6		
Полдник							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,0	4,1	28,4	167,3	467	2012
РЯЖЕНКА	200	6,0	2,0	8,4	79,8	435	2008
Итого за прием пищи:	250	10,0	6,1	36,8	247,1		
Ужин							
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПТИЦЕЙ	180	12,3	15,6	22,2	281,0	132	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	13,2	53,9	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
Итого за прием пищи:	420	15,5	16,0	54,3	425,4		
Всего за день:		65,1	70,7	235,5	1 852,4		



ООО КП "Вкусная страна"

МЕНЮ

19 сентября 2025 г.

Сад

Приним 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,3	8,7	27,7	215,3	413	2012
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	180	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
Итого за прием пищи:	417	8,8	15,5	56,7	400,3		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0		
Обед							
СВЕЖИЕ ОГУРЦЫ	50	0,8	4,9	3,7	61,8	39	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	3,8	5,7	8,8	102,8	57	2012
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	14,6	7,3	30,4	245,2	20	
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80	12,0	13,0	6,4	190,5	288	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	28,5	117,9	402	2008
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:	670	35,4	31,4	101,4	830,9		
Полдник							
ПЛЮШКА "МОСКОВСКАЯ"	50	3,8	2,0	24,9	132,0	485	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,5	0,3	27,3	115,8	372	2012
Итого за прием пищи:	250	4,3	2,3	52,2	247,8		
Ужин							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	18,3	15,1	26,2	319,5	236	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,4	6,7	52,8	351	2012
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	185/15	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008
Итого за прием пищи:	400	23,0	18,0	70,6	541,3		
Всего за день:		72,0	67,3	290,9	2 063,3		

МЕНЮ

22 сентября 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							
Цена: 210 руб.							
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	66,7		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
23 сентября 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							
Цена: 210 руб.							
Завтрак							
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,6	9,7	24,4	210,3	189	2008
СЫР	10	0,0	4,1	0,0	37,4		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							
САЛАТ "ЛЕТНИЙ"	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
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	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

24 сентября 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							
Цена: 210 руб.							
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	40	2,6	2,3	0,2	63,0	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	466,5		
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							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	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	217,0	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	723,5		
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	1 800,3		

МЕНЮ

25 сентября 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Цена: 210 руб.							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНАЯ	200	2,7	5,5	12,3	110,2	1	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	5,8	0,1	52,4		2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2012
Итого за прием пищи:	417	8,6	15,2	42,8	343,1		
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 СВЕКЛЫ С ИЗЮМОМ	50	0,8	3,0	4,1	46,4	45	2012
СУП КУРИНЫЙ	180	4,7	6,5	12,3	127,1	86	2012
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	5,3	33,3	192,7	315	2012
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	80	12,5	17,5	4,8	234,9	375	1996
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	25,1	103,5	394	2008
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:	670	25,0	32,9	103,2	817,3		
Полдник							
ПРЯНИКИ	50	3,0	2,4	37,5	183,0		2008
КЕФИР	200	6,0	0,2	8,0	61,9	435	2008
Итого за прием пищи:	250	9,0	2,6	45,5	244,9		
Ужин							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,5	18,5	125,9	321	2012
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	10,5	10,7	8,8	174,3	272	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 И ЛИМОНОМ	180/15/5	0,3	0,1	13,2	53,9	431	2008
Итого за прием пищи:	450	17,0	15,7	64,3	467,5		
Всего за день:		59,9	66,4	271,8	1 938,8		

МЕНЮ
26 сентября 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								
Завтрак								
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	14,2	27,5	2,7	315,4	223	2012
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	0,1	8,3	0,1	74,8		2012
БАТОН		40	3,0	1,2	20,6	104,8		2008
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008
Итого за прием пищи:		400	17,5	37,1	37,3	550,6		
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								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ		50	0,8	4,9	3,7	61,8	39	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ		180	3,8	5,7	8,8	102,8	57	2012
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ		130	14,6	7,3	30,4	245,2	20	
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ		70	19,5	14,9	17,8	282,4	314	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	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:		660	42,4	33,2	98,3	860,7		
Полдник								
РУЛЕТИК С САХАРОМ		50	3,8	6,4	29,9	192,3	469	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200	0,3	0,1	14,6	59,4	431	2008
Итого за прием пищи:		250	4,1	6,5	44,5	251,7		
Ужин								
МАКАРОНЫ С СЫРОМ		210	9,9	22,2	37,9	393,0	210	2008
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2	0,1	15,0	59,9	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
Итого за прием пищи:		450	13,0	22,6	71,8	543,4		
Всего за день:			77,4	99,8	261,6	2 253,4		

УТВЕРЖДАЮ
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.
Харитонova Е.Г.

МЕНЮ

29 сентября 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: осень-зима							
Стоимость: 210 рублей							
Завтрак							
КАША "ДРУЖБА"	200	6,2	10,0	26,7	223,4	190	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,0	7,0	0,6	60,0		2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
Итого за прием пищи:	417	8,7	16,8	55,7	416,0		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0		
Обед							
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	50	0,8	2,4	4,4	43,3		2012
СУП КУРИНЫЙ	200	2,3	4,0	11,5	91,2	86	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,9	4,4	17,7	125,2	414	2012
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80	12,6	12,7	2,5	174,4	259	2008
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	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:	480	23,3	23,9	73,7	602,6		
Полдник							
БУЛОЧКА НАСЛАЖДЕНИЕ	50	2,6	3,6	23,4	121,8		
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,5	0,3	27,3	115,8	372	2012
Итого за прием пищи:	250	3,1	3,9	50,7	237,6		
Ужин							
ОВОЩНОЕ РАГУ	180	17,0	21,7	17,3	334,5	309	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	13,2	53,9	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:	430	20,9	22,2	54,3	501,8		
Всего за день:		56,4	66,9	244,4	1 801,0		

УТВЕРЖДАЮ
ООО "КП "ВКУСНАЯ СТРАНА"
/_____Харитонова Е.Г./

30 сентября 2025 г.

Сад

2