

УТВЕРЖДАЮ
ООО "КЛУБ ВКУСНАЯ СТРАНА"



МЕНЮ
05 ИЮНЯ 2025

Сад

Примечание, 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 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 МОЛСКОМ	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:	570	25,0	32,9	103,2	817,3		
Полдник							
ПРЯНИКИ	50	3,0	2,4	37,5	153,0		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							
ЛЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,5	18,5	125,3	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 ЛИМОННОМ	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	1933,8		