

Утверждаю

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

/Харитонова Е.Г./

МЕНЮ

02 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" (молоко, рис, пшено, сахар, масло сливочное)	200	5,8	8	44,1	190,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	8,4	0,1	75
БАГОН	30	1,5	0,6	3,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,4	53,4
Итого за прием пищи:	417	7,2	17	47,9	371,4
Завтрак 2					
СОК	150	5,4	8	24,1	190,6
Обед					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	40	0,65	1,8	8,6	58,9
СУП КУРИНЫЙ	200	6,2	11,2	9	165,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ДЛЯ ВИПНИ ПУХА (крупа гречневая, масло сливочное)	80	7	4,1	18,1	125,1
ГУЛЯШ МЯСНОЙ (филе свинины, лук репчатый, морковь, томат, масло растительное)	30/50	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	640	22,55	25,8	71,4	614,9
Ужин					
БУЛОЧКА "НАСЛАЖДЕНИЕ" (мука, варенье, дрожжи, сахар, соль, молоко, масло растительное)	50	5,8	10,9	52,2	228,3
ДЕТСКИЙ ПЛОВ С КУРИЦЕЙ (рис, филе куриное, морковь, лук, масло растительное)	120	3,1	9,8	20,5	142,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,3	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИНЦ ЛИМОН"	150	0	0	28,2	112,8
Итого за прием пищи:	300	1,5	0,6	38,5	165,2
Всего за день:	1500	67,1	90,4	231,6	2031,2

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

Харитонова Е.Г.

МЕНЮ
03 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА" (молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар)	200	4,4	6	22,1	161,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	8,3	0,1	75
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
СЫР	10	0,6	1,3	0,1	31,6
КАКАО С МОЛОКОМ	15,0	2,2	1,9	18,6	150,5
Завтрак					
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА" (молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар)	200	4,4	6	22,1	161,1
Итого за прием пищи:	395	8,8	18,1	51,2	420,5
Обед					
САЛАТ "ЛЕГКИЙ" (ПОМОДОРЫ ОГУРЦЫ)	40	0,7	2	10,4	63,3
ПЦИ "ОТ ДЕДУШКИ" СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (говядина, картофель, лук репчатый, морковь, томат, капуста б/к, перец сладкий, томаты свежие)	200	5,6	4,5	8,3	97,9
ОВОЩНОЕ РАГУ С ПТИЦЕЙ "ДЛЯ ФАНТАЗЕРОВ" (филе куриное, картофель, лук репчатый, перец сладкий, помидоры свежие, морковь, томат, капуста б/к, масло растительное)	140	2	3,3	14,9	97,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "РАФИНИРОВАНКА" (вишня, сахар, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	93,7
Итого за прием пищи:	640	11,2	20,9	70,8	558,7
Ужин					
ЗАПЕКАНКА "СКАЗОЧНАЯ" ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (творог, яйца куриные, мука пшеничная, сахар, сливки)	80/20	17,8	9,1	16,2	222,4
ЯБЛОКО	50	17,8	9,1	16,2	222,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,3	0,1	13,5	55,2
Итого за прием пищи:	320	35,9	18,3	45,9	500
Всего за день:	1530	36,8	71,1	263,1	1927,4

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю
Директор
ИП Харитонова Е.Г.МЕНЮ
04 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ	180	3,7			145,2
ВЕТЧИЦА	10	2,6	2,3	0,2	31,5
БАТОН	30	1,3	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	28,2	112,8
Итого за прием пищи:	600	7,8	7,4	61	341,9
Обед					
МОРКОВЬ	30	0,4	1,3	2,6	25,3
СУПЧИК ГОРОХОВЫЙ (говядина, картофель, горох, морковь, лук, масло растительное)	200	6,3	7,5	10,6	133,4
РИС С ОВОЦАМИ	100	3,5	3	22,6	132,2
КОУЛЕУА КУРИЦАЯ	60	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,9	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	640	22	21	72	560
Полдник					
ПРЯНИКИ	50	4,3	5,9	44,6	250,2
КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	150	0,4	0,4	9,8	47
Итого за прием пищи:	200	4,9	6,3	54,4	297,2
Ужин					
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ "СНЕГУРОЧКА" (картофель, молоко, масло сливочное)	100	1,7	16,3	19,8	296,9
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ (филе трески, томат, морковь, лук репчатый, масло растительное)	50/50	3,2	1,1	10,6	278,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6
Итого за прием пищи:	420	29,9	26	75	925,3
Всего за день:	1580	59	67	251	2115

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждено

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

(Харитонова Е.Г.)

МЕНЮ
05 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕНИЦА МОЛОЧНАЯ "ОТ АЛИСЫ ИЗ ЗАЕРКАЛЬЯ" (молоко, крупа пшеница, сахар, масло сливочное)	180	3,7	4,4	22,4	145,2
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЯЙЦА БАРЕНЬЕ	20	1,9	2	0,1	26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	150	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	380	9,3	8,9	51,4	324,1
Обед					
ОГУРЦЫ	09,4кг	0,7	2	10,4	63,3
РАССОЛЬНИК ОТ ВАСИЛИСЫ ПРЕКРАСНОЙ (говядина, курица, томат, лук, репчатый, морковь, картофель, крупа перловая, огурец, соевый, масло растительное)	200	6,2	11,2	9	163,6
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	80	4	4,1	18,1	125,1
КУРИЦА С ОВОЦАМИ	50/50	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,2	0,2	22,3	93,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	640	23,5	26,3	90,2	694,7
Полдник					
БУЛОЧКА С ВАНИЛЬНОЙ ПОСЫПКОЙ (мука пшеничная, дрожжи, хлебобулочные, масло сливочное, молоко, сахар)	50	4,5	5,9	44,6	250,2
РЯЖЕНКА	150	5,2	4,4	17	223
Итого за прием пищи:	200	9,7	10,3	61,6	473,2
Ужин					
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПТИЦЕЙ (филе куриное, лук репчатый, морковь, томат, капуста бл, масло растительное)	140	2	3,3	14,9	97,2
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИНЦ ЛИМОН"	150	0	0	28,2	112,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,3	0,9	15,1	38,6
Итого за прием пищи:	320	4,3	4,2	58,5	288,6
Всего за день:	1585	80,4	71,8	242,6	1946,6



ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю
Директор

ИП Харитонова Е.Г.
Харитонова Е.Г.

МЕНЮ
06 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "МАЛЕНЬКИЙ ПРИНТ" (молочко, масло, овсяная, сахар)	200	5	7,4	23,4	181,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	2,3	3	0	36,5
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	150	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	387	11	12,9	52,3	370,7
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,5	1,9	4,2	37
БОРЩ ДЛЯ ЮНЫХ КОСМОНАВТОВ (говядина, капуста б/к, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль, масло)	200	3,5	4,2	9,8	93,4
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ "КАЙ" (горох, масло растительное)	100	4	4,1	18,1	125,1
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ "И ГЕРДА" (говядина, рис, лук, томат, масло растительное)	40/40	3,5	3	22,6	132,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "СИНЬОРИНА ГРУША" (сушеная груша, яблоки, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧЬИЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	650	14,3	14	83,2	519,6
Полдник					
ПЛОШКА "МОСКОВСКАЯ" (мука пшеничная, медоко, сахар, дрожжи хлебопекарные)	40	2,2	1,9	18,6	100,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,4	0,4	9,8	47
Итого за прием пищи:	190	2,6	2,3	28,4	147,5
Ужин					
БАША ГРЕЧНЕВАЯ ДЛЯ ВИП-ПУХА	100	4	4,1	18,1	125,1
ФРИКАСЕ ИЗ КУРИЦЫ (филе куриное, сливки, лук репчатый, масло растительное)	30/50	8,9	7,8	7,2	136,4
ЯБЛОКО	50	17,3	9,1	16,2	222,4
Итого за прием пищи:	380	108,9	107,9	135,4	348,2



№ 1/2024 от 09.09.2024 г.



МЕНЮ
09 СЕНТЯБРЯ 2024 г.
ОТ 12.00 ДО 17.00

Пример блюда, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал/100г)	Количество	Итого
		Белки, г	Жиры, г			
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МАЗОВАЯ МЯСНО-ОВОЩНАЯ С КОРИЦЕЙ И КОРИНДОМ	180	4,1	8,1	22,1	261,1	199
МАСЛО СКОРПЕНЬЕ	3	0,1	8,9	8,1	25,1	6
КАШУ	20	2,3	9,3	15,4	38,8	6
КАШУ С САХАРОМ	200	5,5	10,1	17,5	57,2	112
Итого за завтрак:	410	7,1	15,2	51,1	170,2	
Ланч						
СОК	180	4,1	8,1	22,1	181,1	199
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	80	0,7	2,1	19,4	63,5	13
СУШИ НАМИСЫБИ С КУРИЦЕЙ И КУРИКАРИКАМ	180	14,5	8,1	8,5	145,0	80
ПЛОД С МЯСОМ И СЫРОМ КОСТАВНИ	300	3,3	8,1	32,6	132,2	210
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	20	0,1	0,1	10,0	31,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	9,2	8,5	40,8	
КОМПОЗИТ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ И ОВОЩЕЙ	200	0,1	0,1	9,1	36,2	394
Итого за обед:	670	21,5	11,8	70	473,2	
Ужин						
КОМПОЗИТ ИЗ ПЕЧЕНИ	170	2,7	5,1	22,6	131,2	210
СУШИ ИЗ ТИМОНА	10	2,0	2,1	0,2	3,5	227
ПЕЧЕНЬ	120	0,7	6,1	13,3	65,2	
КАШУ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	200	1,3	9,1	15,5	65,2	41
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	20	0,1	0,1	10,0	31,4	
Итого за ужин:	450	8,2	6,1	60,1	326,5	
Итого за день:			33,2	181,2	1470,1	



МЕНЮ
 09 СЕНТЯБРЯ 2024 г.
 ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Продукты, включенные в меню	Масса порции	Нормативы потребления			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность (кДж)
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША ОВЯНЯНО-ОВОШНАЯ "МАМА БУДЕТ ЦЕЛИНА"	100	4,6	6,9	18,7	137,5	190
МАСЛО Сливочное	8	0,1	8,1	0,3	75	6
Сыр	10	2,1	8,1	0,2	75	6
Каша (овсяная)	10	2,3	0,9	15,4	79,8	
Сыр (плавленый) с вкусовыми добавками и специями	20	2,3	1,8	18,0	111,7	412
Итого за завтрак	427	9,3	26,3	37,9	406,2	
Обед						
СНЕЖОК	100	4,6	6,9	18,7	137,5	190
Ужин						
КАША С ГОВЯДИНОЙ	90	6,7	2	26,9	127,7	174
РЫБНОЕ ПОЛТОЧКО И КАША СО СВЕЖИМИ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	100	4,6	4,3	6,7	77,9	87
КАРТОФЕЛЬ БЕЛОРУССКИЙ "СНЕЖОЧКА"	150	4	1,7	14,1	121,1	330
КОШЕЛКИ РЫБНЫЕ "РУСАКОВЫЕ"	80	2,8	1,3	0,9	68	
КОМБОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ "УРАЛЬЯЯ ФРУИТКА"	200	0,4	0,1	27,5	1,055	293
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,3	0,6	10,7	42,4	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	8,5	10,6	
Итого за ужин	600,00	16,3	12,8	68	542,3	
Всего						
КАША С ГОВЯДИНОЙ	130	4	2,3	16,1	125,1	190
КОШЕЛКИ РЫБНЫЕ	80	4	4,1	16,1	125,1	330
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	6,1	42,4	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	12,2	0,1	112,2	480	418
Итого за весь обед	430	21,7	8,9	98,7	451,2	
Всего за день:		35,6	49,4	150,9	1049,7	

МЕНЮ
 11 СЕНТЯБРЯ 2024 г.
 ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ



Пример пищи, используемой в меню	Масса порции	Нормативы, г/100		Энергетическая ценность	Калории	Белки	Жиры
		Белки, г	Жиры, г				
Цена: 179 руб.							
Завтрак							
КАША МОВОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСНЕЖКА"	180	3,5	6,1	20,8	157,2	182	
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	7	0,1	8,8	0,1	7,5	6	
МЯКО ВАНИЛИ	20	2,2	3	0	16,3	7	
БАУЛИ	30	1,5	0,6	10,3	52,4		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5	116	
Итого за завтрак	437	10,6	19,9	49,8	423,6		
Завтрак							
УВРОКО	100	4,5	6,1	20,8	157,2	182	
Обед							
ПОМИДОРЫ	50	0,65	1,8	8,6	58,9	21	
САЛДОТОВОСЫЙ	180	1,5	1,9	9,8	92,3	72	
МАКАРОНЫ ОТВАРЕННЫЕ ДЛЯ ПИТЫ МРУСОМЦА	130	2,5	3	28,6	132,3	219	
ВЛОЧКИ МЯСНЫЕ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	164,67	
ХЛЕБ ПУШЕНИЧЬИ	20	1,3	0,6	10,7	32,3		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,3	40,8		
КОМПОТ ИЗ СМРАГИ "ДЕСЯТИ ЛЕТНИОС"	200	4,2	4	7,6	84,8	57,1	
Итого за обед	680,00	26,35	24,6	90,2	683,7		
Ужин							
ЖАРКОЕ С КУРИЦЕЙ	180	2,1	3,3	11,9	97,2	79,9	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	4	7,6	84,8	117	
Итого за ужин	380	6,4	4	7,6	84,8		
Итого за день		9,2	7,4	17,9	172,7		
Итого за день		78,4	77,8	73,4	1008,3		

МЕНЮ

12 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

ЛЕТ 7.00 ВО 7.15



Продукты питания (наименование и код)	Масса (г)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ШОКОЛАД.	186	4,6	6,3	20,1	159,1	182
МАСЛО СЛОБОДЯНЬЕ	7	0,1	8,2	0,1	75	6
ВУЛЧЕЦ	70	2,6	2,5	10,2	31,5	227
ЧАЮН	50	1,5	0,6	10,3	52,4	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,2	2,1	12,2	88,6	211
Итого за прием пищи:	427	9	17,9	42,8	366,6	
Завтрак						
РИЖИЧКА	150	6,1	4,3	1,9	109,8	120
Обед						
СОУПЫ	50	0,4	1,5	2,6	35,3	31
СОЛЕНКА	180	6,4	3,6	10,5	112,9	82
РИЗОТТО	150	4	4,1	18,1	35,1	330
БЕЛКО-ОСЛАБЛЯЮЩАЯ КУРИЦА	80	9,3	11,1	13,1	191,1	204/257
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,6	10,5	32,3	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШ.	20	1,2	0,2	8,5	40,6	
КОМБИНАТ ИЗ СУХИХ БИЗОНОВ И КУРИЦЫ	200	6,2	6,2	22,1	91,6	393
Итого за прием пищи:	700	37,9	34,7	88,7	728	
Ужин						
КАРТОФЕЛЬ ОЦЕДЕННЫЙ	150	2	3,3	34,9	97,2	328
ПЕЧЕНЬ МЯСНАЯ В СОУСЕ	80	2	9,3	14,9	97,2	330
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	300	0,2	0,1	12,2	48,6	478
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,6	10,5	52,4	
Итого за прием пищи:	430	5,7	13,3	52,3	295,4	
Всего за день:		15,4	31,8	233,4	1899,8	



МЕНЮ

13 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Примерный состав блюд	Масса порции	Пищевая ценность				Энергетическая ценность	Количество порций
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал		
Цена: 179 руб.							
Завтрак							
ОМЛЕТ ШТАБ-КОМАНД	100	2,2	8	22,1	101,1	109	
СМЛ	10	0,1	0,3	0,1	7,5	6	
КАША	50	1,5	0,6	10,3	50,4		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,3	412	
Итого за завтрак	400	6,2	15	46	243,7		
Ланч							
СОК	100	1,2	6	22,1	101,1	109	
Обед							
КАША КАБАЧКОВАЯ	50	2,3	6,1	4,7	82,2	44	
КОРНИ МЯСНЫЕ ДЛЯ АЛЦШИ (ПОПОВИЧА) (мясо свинина, морковь, лук, картофель, перец сладкий, лук репчатый, соевый соус, масло растительное)	180	5,6	6	9,8	117,2	63	
ПУРОХЛОТЦЫ (ВОДА)	120	2,5	3	23,6	132,2	219	
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	5,2	11,1	13,1	191,1	304967	
САЛАТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ЗАВЯЗЫВАЮЩИЙ	200	0	0	0,7	28,7	303	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,6	6,5	32,4		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,2	0,2	8,3	42,8		
Итого за обед	710,00	23,8	27	70,7	654,6		
Ужин							
КАША ГРИБНАЯ	120	1	1,1	18,1	105,1	310	
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	5,2	11,1	13,1	191,1	304967	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,3	412	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,6	6,5	32,4		
Итого за ужин	400	15,4	15,9	41,7	412,2		
Итого за день:		24,5	61,2	249,7	1490,7		

Утверждаю

Директор

ИП Хаританова Е.Г.

Хаританова Е.Г.

МЕНЮ

16 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" (молоко, рис, пшеница, сахар, масло сливочное)	200	5,4	8	34,1	190,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	8,3		
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,5	13,4	53,4
Итого за прием пищи:	417	7,2	17	47,9	371,4
Завтрак 2					
СОК	150	5,4	8	34,1	190,6
Обед					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	40	0,65	1,8	8,6	58,9
СУП КУРИНЫЙ	200	6,2	11,3	9	163,6
КАША ГРЯЧЕВАЯ ДЛЯ БИНИИ-ПУХА (крупа гречневая, масло сливочное)	80	4	4,1	18,1	125,1
ГУЛЯШ МЯСНОЙ (филе свинины, лук репчатый, морковь, томат, масло растительное)	300	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	640	22,55	25,8	71,4	614,9
Ужин					
БУЛОЧКА "НАСЛАЖДЕНИЕ" (мука, варенье, дрожжи, лебоденкарные, сахар, соль, молоко, масло растительное)	50	5,8	10,9	52,2	328,3
ДЕТСКИЙ ГЛЮБ С КУРИЦЕЙ (рис, филе куриное, морковь, лук, масло растительное)	120	3,1	5,5	20,5	122,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ "ПРИНЦ ЛЬВОВИЧ"	150	0	0	14,2	112,8
Итого за прием пищи:	300	1,5	0,6	38,5	165,2
Всего за день:	1500	67,1	90,4	231,6	2031,2

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

Харитонова Е.Г.

МЕНЮ

17 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА" (молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар)				22,1	161,1
МАСЛО (ПОРИЦЖМИ)		0,1	2,2	0,1	75
БАТОН				10,3	52,4
СЫР			1,3	0,1	21,5
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,2	1,9	18,6	100,5
Завтрак 2					
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА" (молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар)	200	4,4	5	22,1	161,1
Итого за прием пищи:	395	8,8	18,1	51,2	420,5
Обед					
САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (КОМБИ, ОГУРЦЫ (6))	40	0,7	2	10,4	63,2
ЩИ "ОТ ДЕДУШКИ" СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (овладина, картофель, лук репчатый, морковь, томат, капуста б/к, перец сладкий, томаты свежие)	200	3,6	4,5	8,2	97,9
ОВОЩНОЕ РАГУ С ПТИЦЕЙ "ДЛЯ ФАНТАЗЕРОВ" (филе куриное, картофель, лук репчатый, перец сладкий, помидоры свежие, морковь, томат, капуста б/к, масло растительное)	140	2	3,3	14,9	97,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3	0,3	12,7	61,3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ГРАФИЯ ВИШЕНКА" (вишня, сахар, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	93,7
Итого за прием пищи:	630	13,9	20,9	78,7	607,7
Ужин					
ЗАПЕКАНКА "СКАЗОЧНАЯ" ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (творог, яйца куриные, мука пшеничная, сахар, сливки)	80*20	17,8	9,1	16,2	232,4
ЯБЛОКО	50	17,8	9,1	16,2	232,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,3	0,1	13,3	55,2
Итого за прием пищи:	320	35,9	18,3	45,9	500
Всего за день:	1320	48,8	71,4	263,1	1927,6

АКТЕНО
19 СЕПТЯБРЯ 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. обмен., г	
Завтрак					
КАША ПШЕНИЦАЯ КОЛОТЧАЯ "ОТ АЛЕСИ НЕ ЗАБЫСАЛЪЯ" (мука, крупы (пшеница, греч. ф., маюло и томаты)	180	5,7	4,4	77,4	115,9
ВАРОШ	30	0,7	0,6	10,9	39,4
ХЛЕБ ВАРОШЕЧ	20	1,9	2	21,1	20
КОФЕ МОЛОЧНОЕ С САХАРОМ И СЛАДОМ (кофе молотое)	150	2,7	3	18,6	99,2
Итого за прием пищи:	380	10,3	8,9	118,4	324,7
Обед					
ОМУЛЫ	100 г/ов	0,3	2	13,1	63,3
РАССОЛЕНКА ОТ РАКЛИСЫ ПРИКАСНОЙ (булочки, капуста, морковь, лук, картофель, морковь, приправы, лук репчатый, огурцы, соевый, маюло растительное)	200	3,2	11,2	9	163,0
РАСОТВАЖЕН	80	3	4,1	18,1	125,1
КУРИЦА С ОВОЩАМИ	50/50	8,9	7,9	7,2	133,4
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,2	0,2	22,5	95,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,8	0,6	10,5	32,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	7	0,3	11,2	61,2
Итого за прием пищи:	640	23,5	26,3	99,2	694,7
Полдник					
БУЛОЧКА С ВАНИЛЬНОЙ ДОСЫВКОЙ (мука пшеничная, дрожжи, сахар, яйца, маюло растительное, молоко, сахар)	50	1,5	5,9	44,6	150,4
ЯБЛОНКА	150	3,2	4,4	17	22,1
Итого за прием пищи:	200	4,7	10,3	61,6	172,5
Ужин					
КАШИ ТАТУНЦЕВА С ПИЩЕЙ (рис, курица, лук репчатый, морковь, капуста, морковь, лук, картофель, морковь, приправы)	140	2	7,2	14,9	97,3
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИКАСНОЙ"	150	0	0	78,2	112,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,5	0,9	15,1	78,6
Итого за прием пищи:	320	2,5	8,1	108,2	288,5
Итого за день:	1585	30,4	34,8	242,6	1046,6

МЕНЮ
19 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

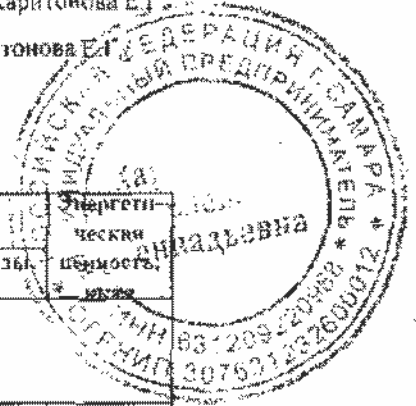
Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
		Белки г	Жиры г	Углеб. углеб. г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ "ОТ АЛИСЫ ИЗ ЗАВЕРКАЛЮ" (молоко, крупа пшеница, сахар, масло сливочное)	180	5,7	4,9	22,4	224
БАТОН	50	1,5	0,6	10,3	52,4
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	1,9	2	0,1	20
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	150	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	390	9,3	8,9	51,4	324,1
Обед					
ОГУРЦЫ	92,7гве	0,7	2	10,4	67,3
РАССОЛБНИК ОТ ВАСИЛИСЫ ПРЕКРАСНОЙ (помидоры, огурцы, капуста, морковь, картофель, лук, чеснок, укроп, салатный уксус (метильное))	200	6,2	11,2	9	163,6
РИС ОТВАРНОЙ	80	4	4,1	16,1	125,1
КУРИЦА С ОВОЩАМИ	50/50	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	300	0,2	0,2	22,5	99,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	640	23,5	26,3	90,2	694,7
Полдник					
БУЛОЧКА С ВАНИЛИНОЙ ПОСЫПКОЙ (булка пшеничная, дрожжи, сахар, яйца, масло сливочное, молоко, ваниль)	50	4,5	3,9	44,6	250,2
ЯЖЕНКА	150	5,2	4,4	17	225
Итого за прием пищи:	300	9,7	8,3	61,6	475,3
Ужин					
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПТИЦЕЙ (филе куриное, лук репчатый, морковь, помидор, капуста брокколи растительное)	140	2	3,3	14,9	97,2
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИЯТНО ЛИМОН"	150	0	0	28,2	112,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,9	15,4	74,6
Итого за прием пищи:	320	4,3	4,2	58,5	284,6
Всего за день:	1585	46,8	51,8	342,6	1946,6





ИП Харитонова Е.Г.

Харитонова Е.Г.



МЕНЮ

20 СЕПТЯБРЯ 2024 г.

Пример пищевого наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "МАДРИЛЬДИ ПИРЕИ" (молоко, концентрат овсянки, сахар)	200	5	7,4	23,4	131,3
МАСЛО (ТОРЦИДИАНИ)	7	2,3	3	0	36,3
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	150	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	387	11	12,9	52,3	370,7
Обед					
ХЛЕБ БЕЛЫХОВОЙ	40	0,5	1,9	4,2	37
БОРЩ ДЛЯ ЮНЫХ КОСМОНАВТОВ (говядина, капуста б/к, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль, масло)	200	3,5	4,2	9,8	93,4
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ "КАЙ" (горох, масло растительное)	100	4	4,1	18,1	135,1
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ "И ПЕРДА" (говядина, рис, лук, томат, масло растительное)	49,40	3,5	3	22,6	132,2
КОМПОТ ИЗ СМЕШИ СУХОФРУКТОВ "УМЬОРИНА ГРУША" (сушеная груша, яблоки, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	650	14,3	14	83,2	519,6
Полдник					
ПИЦЦА "МОСКОВСКАЯ" (мука пшеничная, молоко, сахар, дрожжи сухие хлебопекарные)	40	2,2	1,9	18,6	100,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,4	0,4	9,8	47
Итого за прием пищи:	190	2,6	2,3	28,4	147,5
Ужин					
КАША ГРЕЧЕВАЯ ДЛЯ ВИННИ-ПУХА	100	4	4,1	18,1	135,1
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУРИЦЫ (филе куриное, свинки, лук репчатый, масло растительное)	33,60	8,9	7,9	7,2	133,4
ЯБЛОКО	30	12,3	3,1	16,2	222,4
Итого за прием пищи:	380	108,9	107,9	135,4	348,2

Утверждено
 Директор
 И.И. Харитонов Е.Г.
 /Харитонов Е.Г./

МЕНЮ
 23 СЕНТЯБРЯ 2024 г.
 ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Продукты, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МАЛЫНКА МОНОСЛАЯ ВЕЩКАЯ 'СВЕЖАЯ КОРОЛЕВА'	180	4,4	6	22,1	761,1	199
МАСЛО ПЛОДОВОЕ	1	0,1	8,3	0,3	75,4	6
МЯКО	39	2,3	6,9	15,4	78,6	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,5	0,1	13,5	55,2	412
Итого за прием пищи:	477	7,3	15,3	51,3	370,3	
Завтрак						
СОК	150	4,4	0	22,1	161,1	199
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	50	0,3	2	10,4	63,2	11
СУП ВИТАМИСНЫЙ С КУРИЦЕЙ 'КУРОЧКА ДИВА'	186	14,5	0	4,3	148,9	86
ПИРОГ С МЯСОМ 'СТАРЕК ПОТЯБИЧ'	200	3,5	3	21,6	111,2	219
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ УТОКАРОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,5	
КОМПОЗИТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 'МОЛОДЦЫНОВЕ ДЕТСКО'	200	0	0	0,7	38,7	394
Итого за прием пищи:	670	21,5	11,8	70	473,3	
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	3,5	3	22,6	132,2	219
СУШЕНЫЕ МОЛОКО	13	2,6	2,5	0,2	31,5	227
ЯБЛОКО	100	0,3	0,1	13,5	50,2	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	300	0,3	0,1	13,5	55,2	411
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	450	8,2	6,3	60,1	316,5	
Всего за день:			31,2	181,2	1170,1	

МЕНЮ
24 СЕНТЯБРЯ 2024 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Пример шифр, наименование блюда	Масса порции	Ущевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Эк. рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ "МАЛЕНЬКИЙ ТРИЦЕЛ"	180	4,6	6,9	18,7	157,3	199
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	6	0,1	8,3	0,1	75	6
СЫР	10	0,1	8,3	0,1	75	5
БАЛОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	200	2,2	1,9	18,6	100,5	412
Итого за прием пищи:	425	9,3	26,3	52,9	486,4	
Завтрак						
СПЕЖОК	150	4,6	6,9	18,7	157,3	199
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,7	2	10,4	63,3	14
ЩИ "ОТ ДЕДУШКИ МАША" СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,6	4,5	8,3	97,9	87
КАРТОФЕЛЬНОЕ ГОРЕ "СНЕГУШКА"	150	4	4,1	18,1	125,1	330
КОЛЕТКИ РЫБНЫЕ "РУСАЛОЧКИ"	80	2,8	1,3	16,9	68	
КОМЛОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВЫШИ "РАФАЭЛЬ ВИШЕНКА"	200	0,4	0,1	25,4	105,8	393
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОУ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	680,00	16,3	12,8	98	553,3	
Ужин						
КАПА ГРЕЧЕСКАЯ	130	4	4,1	18,1	125,1	330
ФРИКАЗ ИЗ ЦУПЫ	80	4	4,1	18,1	125,1	330
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	300	0,2	0,1	12,2	48,9	478
Итого за прием пищи:	430	9,7	8,9	58,7	351,2	
Всего за день:		25,6	39,1	150,9	1039,7	

И.И. Караченцов И.Г.
 Караченцов И.Г.

МЕНЮ

26 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Пример меню, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, кКал	№ рецептур
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЦА	180	4,5	6,6	20,1	159,1	192
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	8,3	0,7	75	6
ВЕТЧИНА	10	2,6	2,3	8,2	51,3	327
БАТОН	31	1,3	0,6	10,3	52,4	
КАХАЛ С МОЛОКОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	411
Итого за прием пищи:	427	9	17,9	42,9	366,6	
Заведение						
РЯЖЕНИКА	150	6,1	4,5	7,9	109,8	320
Обед						
ОГУРЦЫ	80	0,4	1,5	3,6	23,3	31
СУП КУРИНЫЙ	180	6,4	7,3	16,6	139,9	82
РИС ОТВАРНОЙ	130	4	4,1	18,1	123,1	330
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРИЦЫ	80	9,2	11,1	13,7	191,1	104967
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	5,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ 'ТРАФИЧЕ ВРИШКА'	200	0,2	0,2	22,1	91,6	393
Итого за прием пищи:	760	37,9	24,7	88,7	718	
Ужин						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ШОРИ	150	2	3,3	14,9	97,2	339
ТВОРЕЛЮ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80	2	3,3	14,9	97,2	359
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛЕМОНОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	430	5,7	7,3	52,3	295,4	
Всего за день:		75,4	72,8	233,9	1898,8	



Утверждено

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

/Харитонова Е.Г./

МЕНЮ

30 сентября 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" (молоко, рис, пшено, сахар, масло сливочное)	200	5,4	8	24,1	190,6
МАСЛО (ПОРЦИОНАМИ)	7	0,1	8,3	0,1	75
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,4	53,4
Итого за прием пищи:	417	7,2	17	47,9	371,4
Завтрак 2					
СОК	150	5,4	8	24,1	190,6
Обед					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	40	0,65	1,8	8,6	58,9
СУП КУРИНЫЙ	200	6,2	11,2	9	163,6
КАША ГРЕЧЕВАЯ ДЛЯ ВИННИ-ПУХА (крупа гречневая, масло сливочное)	80	4	4,1	18,1	125,1
ГУЛЯШ МЯСНОЙ (филе свинины, лук репчатый, морковь, томат, масло растительное)	30/50	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	640	22,55	25,8	71,4	614,9
Ужин					
БУЛОЧКА "НАСЛАЖДЕНИЕ" (лука, варенье, дрожжи хлебопекарные, сахар, соль, молоко, масло растительное)	50	5,8	10,9	52,2	328,3
ДЕТСКИЙ ПЛОВ С КУРИЦЕЙ (рис, филе куриное, морковь, лук, масло растительное)	120	3,1	5,5	20,5	142,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИНЦ ЛИМОН"	150	0	0	28,2	112,8
Итого за прием пищи:	300	1,5	0,6	38,5	165,2
Всего за день:	1590	67,1	90,4	231,6	2031,2