

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №463" г.о.Самара
Л.Н.Замыслова



**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 22.04.2024г.**

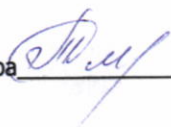
Категория: Ясли (с 2 до 3 лет)

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
Завтрак								
*КАШ0171	Каша жидкая пшениная с маслом.	150			6,64	7,46	23,64	188
	Молоко т.п.		100	100	4,81	5,5	8,08	
	Масло сливочное		2	2	0,02	2,34	0,03	
	Сахар		5	5			4,99	
	Крупа пшениная		15	15	2,23	0,64	12,88	
*НАП0378	Чай с молоком	180			23,52	28,01	9,1	383
	Молоко т.п.		100	100	24,9	31,8		
	Сахар		8	8			7,98	
	Чай высшего или 1-го сорта		0,6	0,6	0,12	0,03	0,02	
*0000001	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5			0,04	4,12	0,05	37
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Батон		24	24				
	Всего в Завтрак				30,2	39,59	32,79	608
Второй завтрак								
*НАП0386	Ряженка 2.5 %	94			2,66	4,98	3,52	70
	Ряженка		99,2	94,24	2,85	5,69	3,89	
*0000090	Яблоко	88			0,13	0,13	3,06	14
	Яблоки		100	88	0,35	0,35	8,62	
	Всего в Второй завтрак				2,79	5,11	6,58	84
Обед								
*САЛ0018	Салат из свеклы с растительным маслом	33			0,61	2,68	5,11	47
	Масло растительное		3	3		3		
	Свекла		37,5	30	0,6	0,04	3,64	
*СУП0113	Суп с домашней лапшой на курином бульоне	141/9			1,97	3,28	9,38	75
	Курица		20	14,4	2,62	2,65	0,1	
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Лук репчатый		5,95	5	0,07		0,46	
	Картофель		46,67	35	0,7	0,14	5,71	
	Мука пшеничная		8	8	0,82	0,09	5,51	
*ПТИ0299	Суфле из кур	157			14,37	17,35	4,89	233
	Курица		48	34,56	6,29	6,36	0,24	
	Яйцо		40	40	5,08	4,6	0,28	
	Молоко ф.п.		90	90	2,52	2,88	4,23	
	Масло растительное		3	3		3		
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Лук репчатый		7,14	6	0,08		0,55	
*КОМП342	Компот из сухофруктов	180					11,8	47
	Сухофрукты		15	15				
	Сахар		10	10			9,98	
*0000005	Хлеб пшеничный	20			1,48	0,26	6,22	33
	Хлеб пшеничный		20	20	2,32	0,44	10,09	
*0000006	Хлеб ржаной	20			1,07	0,18	5,35	27
	Хлеб ржаной		20	20	1,32	0,24	6,82	
*1000000	Соль	3						
	Соль		3	3				

	Всего в Обед				19,5	23,75	42,75	462
	"Уплотненный" полдник							
*0000071	Булочка домашняя	60			5,94	6,17	41,34	245
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Молоко ф.п.		20	20	0,56	0,64	0,94	
	Масло растительное		3	3		3		
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Сахар		8	8			9,98	
	Мука пшеничная		35	35	5,15	0,55	34,45	
	Дрожжи		0,3	0,3	0,08	0,02		
*0000072	Картофель запеченный	150			3,71	5,43	28,93	179
	Масло растительное		5	5		5		
	Картофель		260	195	3,9	0,78	31,79	
*НАП0345	Напиток из смородины	180			0,09		14,76	59
	Смородина		15	15	0,12		1,44	
	Сахар		8	8			7,98	
*0000005	Хлеб пшеничный	10			0,8	0,14	3,37	18
	Хлеб пшеничный		10	10	0,85	0,16	3,7	
	Всего в "Уплотненный" полдник				10,54	11,74	88,4	501
	Всего за день				63,03	80,19	170,52	1 655

Цена: 153-99

Мед.сестра



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №463" г.о.Самара
Л.Н.Замыслова

Сезон: весенний

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 22.04.2024г.**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
Завтрак								
*КАШ0171	Каша жидкая пшениная с маслом. Молоко т.п. Масло сливочное Сахар Крупа пшениная	180			32,9	38,19	19,69	554
			132,56	132,56	33,01	42,15		
			2	2	0,01	1,56	0,02	
			5	5			4,99	
			25	25	2,88	0,83	16,63	
*НАП0378	Чай с молоком Молоко т.п. Сахар Чай высшего или 1-го сорта	180			23,52	28,01	9,1	383
			103,65	103,65	25,81	32,96		
			10	10			9,98	
			0,6	0,6	0,12	0,03	0,02	
*0000001	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Масло сливочное Батон	24/6			0,04	4,12	0,05	37
			6	6	0,04	4,68	0,06	
			24,14	24,14				
Всего в Завтрак					56,46	70,32	28,84	974
Второй завтрак								
*НАП0386	Ряженка 2.5 % Ряженка	94			2,66	4,98	3,52	70
			99,2	94,24	2,85	5,69	3,89	
*0000090	Яблоко Яблоки	44			0,17	0,17	3,98	18
			50	44	0,18	0,18	4,31	
Всего в Второй завтрак					2,83	5,15	7,5	88
Обед								
*САЛ0018	Салат из свеклы с растительным маслом Масло растительное Свекла	33			0,61	2,68	5,11	47
			3	3		3		
			37,5	30	0,6	0,04	3,64	
*СУП0113	Суп с домашней лапшой на курином бульоне Курица Яйцо Масло сливочное Лук репчатый Картофель Мука пшеничная	186/14			1,97	3,28	9,38	75
			30	21,6	3,93	3,97	0,15	
			4	4	0,51	0,46	0,03	
			1	1	0,01	0,78	0,01	
			9,52	8	0,11		0,73	
			26,67	20	0,4	0,08	3,26	
			12,5	12,5	1,29	0,14	8,61	
*ПТИ0299	Суфле из кур Курица Яйцо Молоко ф.п. Масло растительное Масло сливочное Лук репчатый	166			14,68	17,66	5,48	240
			55,52	39,98	7,28	7,36	0,28	
			40	40	5,08	4,6	0,28	
			100	100	2,8	3,2	4,7	
			3	3		3		
			2	2	0,01	1,56	0,02	
			9,52	8	0,11		0,73	
*КОМП342	Компот из сухофруктов Сухофрукты Сахар	180			0,32	1,89	9,99	58
			11	11				
			9	9			12,97	
*0000005	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	20			1,48	0,26	6,22	33
			20	20	2,32	0,44	10,09	
*0000006	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20			1,11	0,18	5,53	28
			20	20	1,14	0,21	5,88	
*1000000	Соль Соль	6						
			6	6				

Всего в Обед					20,17	25,95	41,71	481
"Уплотненный" полдник								
*0000071	Булочка домашняя	70			5,94	6,17	41,34	245
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Молоко ф.п.		20	20	0,56	0,64	0,94	
	Масло растительное		3	3		3		
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Сахар		8	8			9,98	
	Мука пшеничная		45	45	5,15	0,55	34,45	
	Дрожжи		0,6	0,6	0,08	0,02		
*0000072	Картофель запеченный	170			4,75	5,64	37,08	218
	Масло растительное		4	4		5		
	Картофель		333,33	250	5	1	40,75	
*НАП0375	Чай с сахаром	180					9,08	36
	Сахар		8	8			7,98	
	Чай высшего или 1-го сорта		0,6	0,6	0,12	0,03	0,02	
*0000005	Хлеб пшеничный	10			0,8	0,14	3,37	18
	Хлеб пшеничный		10	10	0,85	0,16	3,7	
	Всего в "Уплотненный" полдник				11,49	11,95	90,87	517
	Всего за день				90,95	113,37	168,92	2 060

Цена: 151-05

Мед.сестра

