

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

**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 22.07.2024 г.**

Сезон: летний

Категория: Сад (с 3 до 7 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. 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	25/6			0,04	4,12	0,05	37
			6	6	0,04	4,68	0,06	
			25,68	25,68				
	Всего в Завтрак				56,46	70,32	28,84	974
	Второй завтрак							
*НАП0386	Ряженка 2.5 % Ряженка	97			2,6	4,87	3,44	68
			102,3	97,19	2,92	5,83	3,98	
	Всего в Второй завтрак				2,6	4,87	3,44	68
	Обед							
*САЛ0050	Салат из свеклы с р.м. Масло растительное Свекла	42			0,56	1,8	3,31	32
			2	2			2	
			50	40	0,6	0,04	3,64	
*СУП0103	Суп вермишелевый на курином бульоне. Курица Масло сливочное Морковь Лук репчатый Картофель Макаронные изделия	186/14			6,18	5,24	11,22	117
			30	21,6	3,93	3,97	0,15	
			1	1	0,01	0,78	0,01	
			12,5	10	0,13	0,01	0,72	
			11,91	10	0,14		0,91	
			53,33	40	0,8	0,16	6,52	
			7	7	0,73	0,08	4,88	
*ПТИ0299	Суфле из кур Курица Яйцо Молоко ф.п. Масло растительное Масло сливочное Лук репчатый	174			45,01	51,86	1,56	653
			75,8	56,09	10,21	10,32	0,39	
			40	40	5,08	4,6	0,28	
			100	100	2,8	3,2	4,7	
			4	4		4		
			2	2	0,01	1,56	0,02	
			11,91	10	0,14		0,91	
*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				54,66	61,23	37,83	921
	"Уплотненный" полдник							

*МУЧ0415	Плетенка с сахаром	70			5,44	7,88	38,21	245
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Молоко ф.п.		20	20	0,56	0,64	0,94	
	Масло растительное		5	5		5		
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Сахар		10	10			9,98	
	Мука пшеничная		45	45	4,64	0,5	31,01	
	Дрожжи		0,6	0,6	0,06	0,01		
*КРТ0147	Картофель запеченный.	160			4,32	7,84	34,12	224
	Масло растительное		8	8		7,99		
	Картофель		306,67	230	4,6	0,92	37,49	
*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				10,56	15,86	84,78	523
	Всего за день				124,28	152,28	154,89	2 486

Цена: 151-05

Мед.сестра _____

