

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



**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
 на 26.08.2024г.**

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 пшенная 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 пшенная		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 %	93			2,7	5,05	3,58	71
	Ряженка		97,9	93	2,79	5,58	3,81	
	Всего в Второй завтрак				2,7	5,05	3,58	71
	Обед							
*САЛАТ63	Салат из моркови с р.м.	33			0,52	0,04	5,84	26
	Масло растительное		3	3			3	
	Морковь		40	30	0,5	0,04	2,76	
	Сахар		2	2			2	
*СУП0103	Суп вермишелевый на курином б-не.	140/10			5,75	5,24	14,17	127
	Курица		20	14,8	2,69	2,72	0,1	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Морковь		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
	Лук репчатый		11,91	10	0,14		0,91	
	Картофель		66,67	50	1	0,2	8,15	
	Макаронные изделия		5	5	0,52	0,06	3,49	
*ПТИ0299	Суфле из кур	178			13,63	16,66	4,86	224
	Курица		91,45	65,84	11,98	12,11	0,46	
	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				22,45	22,38	48,24	484

"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				4,75	5,64	37,08	218
	Масло растительное		5	5			5		
	Картофель		280	210		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					66,84	78,97	175,48	1 680

Цена: 153-99

Мед.сестра



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

Сезон: летний

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 26.08.2024г.**

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	25/6			0,04	4,12	0,05	37
			6	6	0,04	4,68	0,06	
			25,41	25,41				
Всего в Завтрак					56,46	70,32	28,84	974
Второй завтрак								
*НАП0386	Ряженка 2.5 % Ряженка	93			2,7	5,05	3,58	71
			97,9	93	2,79	5,58	3,81	
Всего в Второй завтрак					2,7	5,05	3,58	71
Обед								
*САЛАТ63	Салат из моркови с р.м. Масло растительное Морковь Сахар	33			0,52	0,04	5,84	26
			3	3		3		
			40	30	0,5	0,04	2,76	
			2	2			2	
*СУП0104	Суп вермишелевый на кур.бульоне Курица Масло сливочное Морковь Лук репчатый Картофель Макаронные изделия	200			4,31	3,24	14,98	106
			30	22,2				
			2	2		2		
			12,5	10	0,11	0,01	0,57	
			11,91	10	0,11		0,73	
			56,33	42,25	1,2	0,24	9,79	
			5	5	0,75	0,09	5,32	
*ПТИ0299	Суфле из кур Курица Яйцо Молоко ф.п. Масло растительное Масло сливочное Лук репчатый	189			15,58	19,35	5,68	259
			91,45	65,84	11,98	12,11	0,46	
			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					23,32	24,96	48,24	510

"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					93,97	112,28	171,53	2 072

Цена: 151-05

Мед.сестра

