

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

Сезон: летний

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

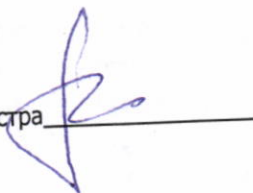
**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 02.09.2024г.**

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.	180			32,9	38,19	19,69	554
	Молоко т.п.		132,56	132,56	33,01	42,15		
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Сахар		5	5			4,99	
	Крупа пшениная		25	25	2,88	0,83	16,63	
*НАП0378	Чай с молоком	180			23,52	28,01	9,1	383
	Молоко т.п.		103,65	103,65	25,81	32,96		
	Сахар		10	10			9,98	
	Чай высшего или 1-го сорта		0,6	0,6	0,12	0,03	0,02	
*0000001	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	26/6			0,04	4,12	0,05	37
	Масло сливочное		6	6	0,04	4,68	0,06	
	Батон		26,09	26,09				
	Всего в Завтрак				56,46	70,32	28,84	974
	Второй завтрак							
*НАП0386	Ряженка 2,5 %	92			2,68	5,02	3,55	70
	Ряженка		97,65	92,77	2,85	5,71	3,9	
	Всего в Второй завтрак				2,68	5,02	3,55	70
	Обед							
*САЛАТ63	Салат из моркови с р.м.	43			0,52	0,04	5,84	26
	Масло растительное		3	3		3		
	Морковь		50	40	0,5	0,04	2,76	
	Сахар		2	2			2	
*СУП0104	Суп вермишелевый на кур.бульоне	200			4,31	3,24	14,98	106
	Курица		30	22,2				
	Масло сливочное		2	2		2		
	Морковь		12,5	10	0,11	0,01	0,57	
	Лук репчатый		11,91	10	0,11		0,73	
	Картофель		56,33	42,25	1,2	0,24	9,79	
	Макаронные изделия		5	5	0,75	0,09	5,32	
*ПТИ0299	Суфле из кур	167			18,81	22,41	5,8	300
	Курица		54,71	39,39	7,17	7,25	0,28	
	Яйцо		40	40	5,08	4,6	0,28	
	Молоко ф.п.		100	100	2,8	3,2	4,7	
	Масло растительное		4	4		4		
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Лук репчатый		11,91	10	0,14		0,91	
*КОМП342	Компот из сухофруктов	180			0,32	1,89	9,99	58
	Сухофрукты		11	11				
	Сахар		9	9			12,97	
*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			1,11	0,18	5,53	28
	Хлеб ржаной		20	20	1,14	0,21	5,88	
*1000000	Соль	6						
	Соль		6	6				
	Всего в Обед				26,55	28,02	48,36	551

"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		
*ОВЦ0139	Капуста белокочанная тушеная	180			4,05	3,34	11,8	94
	Масло растительное		2	2		2		
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Морковь		10	8	0,1	0,01	0,58	
	Лук репчатый		10	8,4	0,12		0,76	
	Капуста белокочанная свежая		256,25	205	3,69	0,21	9,64	
	Томатное пюре		5	5	0,18		0,59	
	Мука пшеничная		2	2	0,21	0,02	1,38	
*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				10,79	9,65	65,59	393
	Всего за день				96,48	113,01	146,34	1 988

Цена: 151-05

Мед.сестра



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



Сезон: осенний

Категория: Ясли(с 2 до 3 лет)

**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
 на 02.09.2024г.**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
Завтрак								
*КАШ0171	Каша жидкая пшенинная 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 пшенинная		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 %	92			2,68	5,02	3,55	70
	Ряженка		97,65	92,77	2,85	5,71	3,9	
Всего в Второй завтрак					2,68	5,02	3,55	70
Обед								
*САЛАТ63	Салат из моркови с р.м.	43			0,52	0,04	5,84	26
	Масло растительное		3	3		3		
	Морковь		50	40	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	154			13,63	16,66	4,86	224
	Курица		52	37,44	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			9,98	
	Сахар		10	10				
*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			
					3,32	4,66	10,33		97
*ОВЩ0139	Капуста белокочанная тушеная	150							
	Масло растительное		2	2		2			
	Масло сливочное		4	4	0,03	3,12	0,04		
	Морковь		13	13	0,17	0,01	0,94		
	Лук репчатый		15,48	13	0,18		1,18		
	Капуста белокочанная свежая		182,39	145,91	2,63	0,15	6,86		
	Томатное пюре		5	5	0,18		0,59		
	Мука пшеничная		2	2	0,21	0,02	1,38		
							9,08		36
*НАП0375	Чай с сахаром	180							
	Сахар		8	8			7,98		
	Чай высшего или 1-го сорта		0,6	0,6	0,12	0,03	0,02		
					0,8	0,14	3,37		18
*0000005	Хлеб пшеничный	10							
	Хлеб пшеничный		10	10	0,85	0,16	3,7		
					10,06	10,97	64,12		396
	Всего в "Уплотненный" полдник				65,39	77,96	148,7		1 558
	Всего за день								

Цена: 153-99

Мед.сестра

