

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



Сезон: осенний

Категория: Ясли(с 2 до 3 лет)

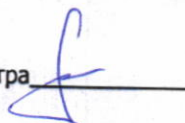
**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 16.09.2024г.**

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.	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			2,61	4,88	3,45	68
	Ряженка		99,8	94,81	2,78	5,55	3,79	
	Всего в Второй завтрак				2,61	4,88	3,45	68
Обед								
*САЛ0045	Салат витаминный.	30			0,92	2,88	3,39	43
	Масло растительное		3	3		3		
	Морковь		7,5	6	0,07	0,01	0,37	
	Капуста белокочанная свежая		25	20	0,9	0,05	2,35	
	Сахар		1	1			1	
*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	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				
	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				19,07	23,26	41	449
	"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		
*ОВЦ0139	Капуста белокочанная тушеная	150			3,32	4,66	10,33	97
	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	
*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				10,15	10,97	69,8	419
	Всего за день				62,03	78,7	147,04	1 544

Цена: 153-99

Мед.сестра



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



**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 16.09.2024г.**

Сезон: осенний

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 пшеничная с маслом. Молоко т.п. Масло сливочное Сахар Крупа пшеничная	180	132,56 2 5 25	132,56 2 5 25	33,01 0,01 2,88	42,15 1,56 0,83	0,02 4,99 16,63	554
*НАП0378	Чай с молоком Молоко т.п. Сахар Чай высшего или 1-го сорта	180	103,65 10 0,6	103,65 10 0,6	25,81 0,12	32,96 0,03	9,98 0,02	383
*0000001	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Масло сливочное Батон	25/6	6 25,62	6 25,62	0,04 0,04	4,68	0,06	37
	Всего в Завтрак				56,46	70,32	28,84	974
	Второй завтрак							
*НАП0386	Ряженка 2.5 % Ряженка	94	99,8	94,81	2,78	5,55	3,79	68
	Всего в Второй завтрак				2,61	4,88	3,45	68
	Обед							
*САЛ0045	Салат витаминный. Масло растительное Морковь Капуста белокочанная свежая Сахар	30	3 7,5 25 1	3 6 20 1	0,07 0,9	0,01 0,05	0,37 2,35 1	43
*СУП0113	Суп с домашней лапшой на курином бульоне Курица Яйцо Масло сливочное Лук репчатый Картофель Мука пшеничная	186/14	30 4 1 9,52 26,67 12,5	21,6 4 1 8 20 12,5	3,93 0,51 0,01 0,11 0,4 1,29	3,97 0,46 0,78 0,08 0,14	0,15 0,03 0,01 0,73 3,26 8,61	75
*ПТИ0299	Суфле из кур Курица Яйцо Молоко ф.п. Масло растительное Масло сливочное Лук репчатый	168	57,26 40 100 4 2 11,91	41,23 40 100 4 2 10	7,5 5,08 2,8	7,59 4,6 3,2	0,29 0,28 4,7	243
*КОМП342	Компот из сухофруктов Сухофрукты Сахар	180	11 9	11 9	0,32	1,89	9,99	58
*0000005	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	20	20	20	1,48	0,26	6,22	33
*0000006	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	20	20	1,11	0,18	5,53	28
*1000000	Соль Соль	6	6	6				

Всего в Обед					20,09	26,63	40,14	480
	"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	160			3,48	3,31	10,35	85
	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		187,8	150,24	2,7	0,15	7,06	
	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				10,22	9,62	64,14	384
	Всего за день				89,38	111,45	136,57	1 906

Цена: 151-05

Мед.сестра

