

Заведующий

/Замыслова Л.Н./



Сезон: осенний

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 28.09.2026г.

Категория: Ясли(с 2 до 3 лет):

Категория:		Ясли(с 2 до 3 лет)		на 28.09.2020г.		Химический состав (г)			Энерг. ценность
Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		белки	жиры	углеводы		
			брутто**	нетто					
	Завтрак								
*КАШ0171	Каша жидкая пшеничная с маслом.	150			6,64	7,46	23,64	188	
	Масло сливочное		2	2	0,02	2,34	0,03		
	Молоко т.п.		100	100	4,81	5,5	8,08		
	Крупа пшеничная		15	15	2,23	0,64	12,88		
	Сахар		5	5			4,99		
*НАП0378	Чай с молоком	180			23,52	28,01	9,1	383	
	Чай высшего или 1-го сорта		0,6	0,6	0,12	0,03	0,02		
	Сахар		8	8			7,98		
	Молоко т.п.		100	100	24,9	31,8			
*0000001	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5			0,04	4,12	0,05	37	
	Батон		24	24					
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05		
	Всего в Завтрак				30,2	39,59	32,79	608	
	Второй завтрак								
*НАП0388	Напиток апельсиновый	180					7,26	29	
	Сахар		8	8			7,98		
	апельсин		16,67	16,67					
	Всего в Второй завтрак						7,26	29	
	Обед								
*САЛАТ63	Салат из моркови с р.м.	33			0,52	0,04	5,84	26	
	Морковь		37,5	30	0,5	0,04	2,76		
	Сахар		2	2			2		
	Масло растительное		3	3			3		
*СУП0113	Суп с домашней лапшой на курином бульоне	171/9			4,75	4,36	12,89	110	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02		
	Мука пшеничная		9,6	9,6	0,99	0,11	6,61		
	Лук репчатый		7,14	6	0,08		0,55		
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03		
	Картофель		60	42	0,84	0,17	6,85		
	Курица		19,46	14,4	2,62	2,65	0,1		
*ПТИ0299	Суфле из кур	162			16,06	18,96	4,95	255	
	Курица		63,24	46,8	8,52	8,61	0,33		
	Яйцо		40	40	5,08	4,6	0,28		
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02		
	Лук репчатый		7,14	6	0,08		0,55		
	Масло растительное		3	3			3		
	Молоко ф.п.		90	90	2,52	2,88	4,23		
*КОМП342	Компот из сухофруктов	180					13,62	54	
	Сухофрукты		10	10			12,97		
	Сахар		8	8					
*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		

Стр: 1

*1000000	Соль	3						
	Соль		3	3				
	Всего в Обед				23,88	23,8	48,87	505
	"Уплотненный" полдник							
*МУЧ0396	Блины со сметанным соусом.	75/10			5,52	8,6	31,74	226
	Масло растительное		4	4		4		
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Молоко ф.п.		55	55	1,54	1,76	2,59	
	Сметана		5,85	5,85	0,16	1,17	0,19	
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Мука пшеничная		35	35	3,61	0,39	24,12	
	Сахар		8	8			7,98	
	Дрожжи		0,6	0,6	0,08	0,02		
*0000072	Картофель запеченный	150			2,66	5,23	20,77	141
	Масло растительное		5	5		5		
	Картофель		200	140	2,8	0,56	22,82	
*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				9,07	13,97	70,64	444
	Всего за день				63,15	77,36	159,56	1 586

Мед.сестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

О.А. Юрменова

Цена: 145-89

Сезон: осенний

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 28.09.2026г.

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Энерг. ценность
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак							
*КАШ0171	Каша жидкая пшениная с маслом.	180			32,9	38,19	19,69	554
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Крупа пшениная		25	25	2,88	0,83	16,63	
	Сахар		5	5			4,99	
	Молоко т.п.		132,56	132,56	33,01	42,15		
*НАП0378	Чай с молоком	180			23,52	28,01	9,1	383
	Чай высшего или 1-го сорта		0,6	0,6	0,12	0,03	0,02	
	Сахар		8	8			7,98	
	Молоко т.п.		100	100	24,9	31,8		
*0000001	БУТЕРБРОД С НАСЛОМ	25/6			0,04	4,12	0,05	37
	Батон		25,79	25,79				
	Масло сливочное		6	6	0,04	4,68	0,06	
	Всего в Завтрак				56,46	70,32	28,84	974
	Второй завтрак							
*НАП0388	Напиток апельсиновый	180					8,17	33
	Сахар		9	9			8,98	
	апельсин		17,39	17,39				
	Всего в Второй завтрак						8,17	33
	Обед							
*САЛАТ63	Салат из моркови с р.м.	43			0,52	0,04	5,84	26
	Морковь		50	40	0,5	0,04	2,76	
	Сахар		2	2			2	
	Масло растительное		3	3			3	
*СУП0113	Суп с домашней лапшой на курином бульоне	186/14			1,97	3,28	9,38	75
	Масло сливочное		1	1	0,01	0,78	0,01	
	Мука пшеничная		12,5	12,5	1,29	0,14	8,61	
	Лук репчатый		9,52	8	0,11		0,73	
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Картофель		28,57	20	0,4	0,08	3,26	
	Курица		29,19	21,6	3,93	3,97	0,15	
*ПТИ0299	Суфле из кур	179			14,67	18,5	5,64	248
	Курица		71,93	53,23	9,69	9,79	0,37	
	Яйцо		40	40	5,08	4,6	0,28	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Лук репчатый		11,9	10	0,14		0,91	
	Масло растительное		4	4		4		
	Молоко ф.п.		100	100	2,8	3,2	4,7	
*КОМП342	Компот из сухофруктов	180			0,32	1,89	9,99	58
	Сахар		9	9			12,97	
	Сухофрукты		11	11				
*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				20,07	24,15	42,6	468
	"Уплотненный"полдник							
*МУЧ0396	Блины со сметанным соусом.	89/13			5,52	8,6	33,56	234
	Масло растительное		4	4		4		
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Молоко ф.п.		55	55	1,54	1,76	2,59	
	Сметана		5,85	5,85	0,16	1,17	0,19	
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Мука пшеничная		35	35	3,61	0,39	24,12	
	Сахар		10	10			9,98	
	Дрожжи		0,6	0,6	0,08	0,02		
*0000072	Картофель запеченный	170			2,91	4,33	22,7	141
	Масло растительное		4	4		4		
	Картофель		257,14	180	3,6	0,72	29,34	
*НАП0375	Чай с сахаром	180					9,08	36
	Чай высшего или 1-го сорта		0,6	0,6	0,12	0,03	0,02	
	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				9,23	13,07	68,71	429
	Всего за день				85,76	107,54	148,32	1 904

Мед.сестра

(должность)

О.А. Герасимова
(подпись) (ФИО)

Цена: 146-58