

Заведующий

(Замыслова Л.Н.)



Сезон: осенний

**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 05.10.2026г.**

Категория: Ясли(с 2 до 3 лет)

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Энерг. ценность
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводь	
	Завтpск							
*ОМЛ0210	ОМЛЕТ натуральный. Яйцо Молоко т.п. Масло сливочное	100	40 70 4	40 70 4	21,19 5,08 17,43 0,03	26,38 4,6 22,26 3,12	0,29 0,28 0,04	323
*0000030	Сладкая кукуруза Кукуруза сахарная консервированная	8	13,6	8,84	0,19	0,04	0,93	5
*НАП0382	Какао с молоком Какао Сахар Молоко т.п.	180	0,7 6 100	0,7 6 100	4,71 0,29 32,37	4,94 0,21 41,34	14,89 0,45 7,93	123
*0000001	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Батон Масло сливочное	24/5	24 5	24 5	0,04 0,04	4,12 3,9	0,05 0,05	37
	Всего в Завтрак				26,13	35,48	16,16	488
	Второй завтрак							
*НАП0388	Напиток лимонный Лимон свежий Сахар	180	13,33 8	13,33 8	0,14 0,12	0,02 0,01	7,72 0,4 7,93	32
	Всего в Второй завтрак				0,14	0,02	7,72	32
	Обед							
*САЛАТ63	Салат из моркови с р.м. Морковь Сахар Масло растительное	33	37,5 2 3	30 2 3	0,52 0,5	0,04 0,04 3	5,84 2,75 2	26
*0000074	Суп картофельный с клецками на курином бульоне. Картофель Морковь Лук репчатый Масло сливочное Яйцо Мука пшеничная Курица	171/9	73,71 10,5 10 1 4 10 20	51,6 8,4 8,4 1 4 10 14,8	5,01 1,03 0,11 0,12 0,01 0,51 1,03 2,69	3,75 0,21 0,01 0,78 0,46 0,11 2,72	14,11 8,41 0,6 0,76 0,01 0,03 6,89 0,1	110
*ПТИЦ294	Биточки куриные Курица Хлеб пшеничный Масло растительное Яйцо Лук репчатый	49	54,49 10 2 4 9,52	40,32 10 2 4 8	9,39 7,34 0,85 0,51 0,11	9,88 7,42 0,16 0,46	4,36 0,28 3,7 0,03 0,73	144
*ОВЩ0139	Капуста белокочанная тушеная Капуста белокочанная свежая Масло сливочное Лук репчатый	110	112,5 2 15,48	90 2 13	2,92 1,62 0,01 0,18	4,17 0,09 1,56	8,65 4,23 0,02 1,18	84

	Морковь		16,25	13	0,17	0,01	0,94	
	Томатное пюре		3	3	0,11		0,35	
	Мука пшеничная		2	2	0,21	0,02	1,38	
	Масло растительное		3	3		3		
*КОМП342	Компот из сухофруктов	180					13,62	54
	Сухофрукты		10	10				
	Сахар		8	8			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			1,07	0,18	5,35	27
	Хлеб ржаной		20	20	1,32	0,24	6,82	
*1000000	Соль	3						
	Соль		3	3				
	Всего в Обед				20,39	18,28	58,15	478
	"Уплотненный" полдник							
*МУЧН415	Кольцо с сахаром	60			10,11	14,34	40,5	331
	Мука пшеничная		40	40	4,12	0,44	27,56	
	Сахар		8	8			7,98	
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Масло растительное		5	5		5		
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Дрожжи		0,3	0,3	0,04	0,01		
	Молоко ф.п.		20	20	0,56	0,64	0,94	
*КАША174	Каша ячневая молочная	150			3,99	7,66	11	129
	Молоко ф.п.		100	100	4,2	4,8	7,05	
	Сахар		5	5			4,99	
	Масло сливочное		3	3	0,04	3,9	0,05	
	ячневая крупа		10	10				
*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				14,99	22,14	69,63	537
	Всего за день				61,65	75,92	151,66	1 535

Мед.сестра

(должность)


(подпись)


(ФИО)

Цена: 147-32

Заведующий

Замыслова Л.Н./



Сезон: осенний

**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 05.10.2026г.**

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							
*ОМЛ0210	ОМЛЕТ натуральный.	100			21,19	26,38	0,29	323
	Яйцо		40	40	5,08	4,6	0,28	
	Молоко т.п.		70	70	17,43	22,26		
	Масло сливочное		4	4	0,03	3,12	0,04	
*0000030	Сладкая кукуруза	8			0,19	0,04	0,53	5
	Кукуруза сахарная консервированная		13,6	8,84	0,19	0,04	0,99	
*НАП0382	Какао с молоком	180			4,71	4,94	14,89	123
	Какао		1,2	1,2	0,29	0,21	0,45	
	Сахар		8	8			7,58	
	Молоко т.п.		130	130	4,72	5,4	7,53	
*0000001	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/6			0,04	4,12	0,05	37
	Батон		24,62	24,62				
	Масло сливочное		6	6	0,04	4,68	0,06	
	Всего в Завтрак				26,13	35,48	16,16	488
	Второй завтрак							
*НАП0388	Напиток лимонный	180			0,13	0,02	9,51	39
	Лимон свежий		16,67	16,67	0,15	0,02	0,5	
	Сахар		10	10			9,58	
	Всего в Второй завтрак				0,13	0,02	9,51	39
	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		
*0000074	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	185/15			6,9	5,1	17,51	143
	Картофель		75,71	53	1,06	0,21	8,64	
	Морковь		10	8	0,1	0,01	0,58	
	Лук репчатый		9,52	8	0,11		0,73	
	Масло сливочное		1	1	0,01	0,78	0,01	
	Яйцо		5	5	0,64	0,58	0,04	
	Мука пшеничная		12	12	1,24	0,13	8,27	
	Курица		29,19	21,6	3,93	3,97	0,15	
*ПТИЦ294	Биточки куриные	64			10,54	10,76	5,55	161
	Курица		74,36	55,02	10,01	10,12	0,39	
	Хлеб пшеничный		13	13	1,11	0,21	4,81	
	Масло растительное		2	2		2		
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Лук репчатый		11,9	10	0,14		0,91	
*ОВЩ0139	Капуста белокочанная тушеная	120			2,59	3,26	8,19	72
	Капуста белокочанная свежая		162,22	129,78	2,15	0,12	5,62	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Лук репчатый		11,9	10	0,14		0,91	

	Морковь		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
	Томатное пюре		3	3	0,11		0,35	
	Мука пшеничная		2	2	0,21	0,02	1,38	
	Масло растительное		2	2		2		
					0,32	1,89	9,99	58
*КОМП342	Компот из сухофруктов	180					12,97	
	Сахар		9	9				
	Сухофрукты		11	11				
					1,48	0,26	6,22	33
*0000005	Хлеб пшеничный	20					10,09	
	Хлеб пшеничный		20	20	2,32	0,44		
					1,11	0,18	5,53	28
*0000006	Хлеб ржаной	20					5,88	
	Хлеб ржаной		20	20	1,14	0,21		
*1000000	Соль	6						
	Соль		6	6				
					23,46	21,49	58,84	521
	Всего в Обед							
	"Уплотненный" полдник							
					10,11	14,34	40,5	331
*МУЧН415	Кольцо с сахаром	60						
	Мука пшеничная		40	40	4,12	0,44	27,56	
	Сахар		8	8			7,98	
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Масло растительное		5	5		5		
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Дрожжи		0,6	0,6	0,08	0,02		
	Молоко ф.п.		20	20	0,56	0,64	0,94	
					3,96	5,6	10,97	110
*КАША174	Каша ячневая молочная	180						
	Молоко ф.п.		130	130	4,2	4,8	7,05	
	Сахар		8	8			4,99	
	Масло сливочное		4	4	0,01	1,56	0,02	
	ячневая крупа		25	25				
							9,08	36
*НАП0375	Чай с сахаром	180						
	Чай высшего или 1-го сорта		0,6	0,6	0,12	0,03	0,02	
	Сахар		8	8			7,98	
					0,8	0,14	3,37	18
*0000005	Хлеб пшеничный	10					3,7	
	Хлеб пшеничный		10	10	0,85	0,16		
					14,87	20,08	63,92	495
	Всего в "Уплотненный" полдник							
					64,59	77,07	148,43	1 543
	Всего за день							

Мед.сестра

(должность)

О.А. Горюхова
(подпись) (ФИО)

Цена: 153-25