

Сезон: осенний

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 06.10.2026г.

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	углеводы	
	Завтрак							
*ТВОР223	Запеканка из творога со сметанным соусом.	100/13			14,54	10,83	14,65	214
	Творог		77	73,15	12,22	6,58	1,46	
	Яйцо		13,33	13,33	1,69	1,53	0,09	
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Сметана		6	6	0,17	1,2	0,19	
	Сахар		8	8			7,98	
	Молоко ф.п.		20	20	0,56	0,64	0,94	
	Крупа манная		8	8	0,82	0,08	5,42	
*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 ф.п.		100	100	2,8	3,2	4,7	
*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				38,1	42,96	23,8	634
	Второй завтрак							
*НАП0386	Ряженка 2.5 %	142			4,06	7,61	5,38	106
	Ряженка		150	142,5	4,28	8,55	5,84	
	Всего в Второй завтрак				4,06	7,61	5,38	106
	Обед							
*САЛ0045	Салат витаминный.	30			0,92	2,88	3,39	43
	Капуста белокочанная свежая		25	20	0,9	0,05	2,35	
	Морковь		7,5	6	0,07	0,01	0,37	
	Масло растительное		3	3		3		
	Сахар		1	1			1	
*БРЩ0083	Свекольник на м.к.б со сметаной	167/8/5			4,07	3,82	9,07	87
	Свекла		31,25	25	0,38	0,03	2,28	
	Томатное пюре		4	4	0,14		0,47	
	Масло сливочное		1	1	0,01	0,78	0,01	
	Картофель		51,43	36	0,72	0,14	5,87	
	Сметана		5,06	5,06	0,14	1,01	0,16	
	Лук репчатый		8,57	7,2	0,1		0,66	
	Морковь		9	7,2	0,09	0,01	0,52	
	Говядина на кости		20	14,8	2,75	2,37		
*МЯС0267	Шницель из говядины.	67			10,73	10,71	4,09	156
	Говядина на кости		75,05	55,54	9,82	8,45		
	Хлеб пшеничный		10	10	0,85	0,16	3,7	
	Масло растительное		2	2		3		
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Лук репчатый		10	8,4	0,12		0,76	
*ГАР0309	Вермишель отварная	80			4,15	3,84	26,68	158
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Макаронные изделия		40	40	4,16	0,44	27,88	

*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			1,11	0,18	5,53	28
	Хлеб ржаной		20	20	1,14	0,21	5,88	
*1000000	Соль	3						
	Соль		3	3				
	Всего в Обед				22,46	21,69	68,6	559
	"Уплотненный"полдник							
*МУЧ0440	Плетенка с сахаром	60			4,96	5,39	35,06	209
	Мука пшеничная		40	40	4,12	0,44	27,56	
	Сахар		10	10			9,98	
	Дрожжи		0,3	0,3	0,04	0,01		
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Масло растительное		3	3			3	
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Молоко ф.п.		20	20	0,56	0,64	0,94	
*БОБ0199	гороховое пюре	150			12,6	6,03	28,56	219
	Горох		48	48	13,23	1,29	31,35	
	Масло сливочное		2	2	0,03	3,12	0,04	
	Масло растительное		3	3			2	
*КОМП342	Напиток из вишни.	180			0,06	0,04	8,91	36
	Сахар		8	8			7,98	
	Вишня		15	15	0,12	0,08	1,55	
*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				18,42	11,6	75,9	482
	Всего за день				83,04	83,86	173,68	1 781

Мед.сестра

(должность)


(подпись)

Гуменова О.А.
(ФИО)

Цена: 192-55



Сезон: осенний

**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 06.10.2026г.**

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							
*ТВОР223	Запеканка из творога со сметанным соусом.	131/17			18,71	13,69	18,56	272
	Творог		102,32	97,2	16,23	8,75	1,94	
	Яйцо		13,33	13,33	1,69	1,53	0,09	
	Масло сливочное		4	4	0,03	3,12	0,04	
	Сметана		6	6	0,17	1,2	0,19	
	Сахар		10	10			9,98	
	Молоко ф.п.		30	30	0,84	0,96	1,41	
	Крупа манная		10	10	1,03	0,1	6,77	
*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 ф.п.		100	100	2,8	3,2	4,7	
*0000001	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/6			0,04	4,12	0,05	37
	Батон		24,6	24,6				
	Масло сливочное		6	6	0,04	4,68	0,06	
	Всего в Завтрак				42,27	45,82	27,71	692
	Второй завтрак							
*НАП0386	Ряженка 2.5 %	92			2,58	4,82	3,4	67
	Ряженка		97,66	92,78	2,78	5,57	3,8	
	Всего в Второй завтрак				2,58	4,82	3,4	67
	Обед							
*САЛ0045	Салат витаминный.	56			0,92	2,88	3,39	43
	Капуста белокочанная свежая		50	40	0,72	0,04	1,88	
	Морковь		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
	Масло растительное		4	4		4		
	Сахар		2	2			2	
*БРЦ0083	Свекольник на м/кб со сметаной	182/13/5			5,94	5,93	12,68	128
	Свекла		50	40	0,6	0,04	3,64	
	Томатное пюре		5	5	0,18		0,59	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Говядина на кости		30	22,2	4,13	3,55		
	Картофель		71,43	50	1	0,2	8,15	
	Лук репчатый		9,52	8	0,11		0,73	
	Морковь		10	8	0,1	0,01	0,58	
	Сметана		5,06	5,06	0,14	1,01	0,16	
*МЯС0267	Шницель из говядины.	72			10,89	9,79	5,23	153
	Говядина на кости		75,05	55,54	10,33	8,89		
	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	
*ГАР0309	Вермишель отварная	110			2,94	1,66	19,05	103
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Макаронные изделия		50	50	5,2	0,55	34,85	

*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				23,6	22,59	62,09	546
	"Уплотненный"полдник							
*МУЧ0415	Плетенка с сахаром	60			4,79	6,12	34,85	214
	Мука пшеничная		40	40	4,12	0,44	27,56	
	Сахар		8	8			7,98	
	Дрожжи		0,6	0,6	0,08	0,02		
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Масло растительное		4	4		4		
	Молоко ф.п.		20	20	0,56	0,64	0,94	
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
*БО50199	гороховое пюре	170			16,2	5,49	37,16	263
	Горох		84	84	17,22	1,68	40,82	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Масло растительное		3	3		3		
*КОМП342	Напиток из вишни	180			0,08	0,04	14,63	59
	Вишня		9	9	0,09	0,05	1,11	
	Сахар		10	10			14,97	
*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				21,87	11,79	90,01	554
	Всего за день				90,32	85,02	183,21	1 859

Мед.сестра

(должность)

О.А. Ермакова
(подпись)

Ермакова О.А.
(ФИО)

Цена: 211-06