

Сезон: осенний

**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 12.10.2026г.**

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							
*КАШ0171	Каша жидкая пшенная 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 пшенная		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	156			15,24	18,17	4,92	244
	Курица		54,49	40,32	7,34	7,42	0,28	
	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				
	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	3	3				
	Соль		3					
	Всего в Обед				23,06	23,01	48,84	494
	"Уплотненный"полдник							
*МУЧ0396	Блины со сметанным соусом.	75/11			5,56	8,92	31,8	230
	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		6	6	0,17	1,2	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				9,11	14,29	70,7	448
	Всего за день				62,37	76,89	159,59	1 579

Мед.сестра

(должность)


(подпись)


(ФИО)

Цена: 145-41

Заведующий

/Замыслова Л.Н./



Сезон: осенний

**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 12.10.2026г.**

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							
*КАШ0171	Каша жидкая пшенная с маслом.	180			32,9	38,19	19,69	554
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Крупа пшенная		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 МАСЛОМ	24/6			0,04	4,12	0,05	37
	Батон		24,95	24,95				
	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	170			16,66	20,37	5,71	273
	Курица		58,36	43,18	7,86	7,95	0,3	
	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				22,06	26,02	42,67	493
	"Уплотненный"полдник							
*МУЧ0396	Блины со сметанным соусом.	89/14			5,56	8,92	33,62	237
	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		6	6	0,17	1,2	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				9,27	13,39	68,77	432
	Всего за день				87,79	109,73	148,45	1 932

Мед.сестра

(должность)


(подпись)


(ФИО)

Цена: 146-94