

**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 15.10.2026г.**

Сезон: осенний

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				2,22	1,88	0,12	26
*ЯЙЦО209	Яйцо вареное	20	20	20	2,36	2,14	0,13	
	Яйцо				41,85	49,93	16,89	684
*КАШ0181	Каша жидкая молочная манная с маслом	150	10	10	2,06	0,2	13,54	
	Крупа манная		5	5			4,99	
	Сахар		100	100	42,44	54,2		
	Молоко ф.п.		2	2	0,02	2,34	0,03	
	Масло сливочное				4,78	5,02	15,01	124
*НАП0382	Какао с молоком	180	0,7	0,7	0,17	0,12	0,27	
	Какао		8	8			7,98	
	Сахар		130	130	3,64	4,16	6,11	
	Молоко ф.п.				0,04	4,12	0,05	37
*0000001	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5	24	24				
	Батон		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Масло сливочное				48,89	60,95	32,07	871
	Всего в Завтрак							
	Второй завтрак				2,72	2,9	3,85	52
*НАП0386	Кефир 2,5 % жирности	142	150	142,5	3,99	4,56	5,84	
	Кефир				2,72	2,9	3,85	52
	Всего в Второй завтрак							
	Обед				0,52	1,84	3,14	31
*САЛ0039	Салат картофельный с кукурузой и морковью.	34	2	2			2	
	Масло растительное		14,29	10	0,2	0,04	1,63	
	Картофель		13,27	8,62	0,19	0,03	0,97	
	Кукуруза сахарная консервированная		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
	Морковь				4,24	3,84	10,11	92
*РАС0096	Рассольник на м.к.б.со сметаной	166/9/5	4,8	4,8	0,45	0,05	3,19	
	Крупа перловая		51,43	36	0,72	0,14	5,87	
	Картофель		8,57	7,2	0,1		0,66	
	Лук репчатый		24,59	13,52	0,11	0,01	0,22	
	Огурцы соленые		1	1	0,01	0,78	0,01	
	Масло сливочное		4,92	4,92	0,14	0,98	0,16	
	Сметана		4	4	0,14		0,47	
	Томатное пюре		9	7,2	0,09	0,01	0,52	
	Морковь		20	14,8	2,75	2,37		
	Говядина на кости				10,36	9,53	4,06	143
*МЯС0268	Котлеты из говядины	67	73,71	54,54	10,14	8,73		
	Говядина на кости		10	10	0,85	0,16	3,7	
	Хлеб пшеничный		2	2		2		
	Масло растительное		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Яйцо		9,52	8	0,11		0,73	
	Лук репчатый				3,92	1,76	25,39	133
*ГАР0309	Вермишель отварная	90						

	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Макаронные изделия		30	30	3,12	0,33	20,91	
*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				21,63	17,41	68,07	514
	"Уплотненный"полдник							
*0000120	пряники	35			0,29		28,15	114
	Пряники		35,12	35,12	0,28		28,2	
*РЫБА239	тефтели рыбные с соусом томатным	84/20			12,98	3,38	9,15	119
	Минтай		131,71	79,02	12,56	0,71		
	Лук репчатый		11,9	10	0,14		0,91	
	Мука пшеничная		4	4	0,41	0,04	2,76	
	Морковь		7,5	6	0,08	0,01	0,43	
	Масло растительное		3	3		3		
	Томатное пюре		2	2	0,07		0,24	
	Крупа рисовая		8	8	0,56	0,08	5,71	
*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				14,13	3,56	49,58	287
	Всего за день				87,37	84,82	153,57	1 724

Мед.сестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

О.А. Горюнов

Цена: 180-11



Сезон: осенний

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ на 15.10.2026г.

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							
*КАШ0181	Каша жидкая молочная манная с маслом	180			36,3	45,04	16,88	618
	Крупа манная		25	25	2,06	0,2	13,54	
	Молоко ф.п.		130	130	36,14	46,15		
	Сахар		5	5			4,99	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
*НАП0382	Какао с молоком	180			4,78	5,02	15,01	124
	Какао		1,2	1,2	0,29	0,21	0,45	
	Сахар		8	8			7,98	
	Молоко ф.п.		130	130	4,8	5,49	8,06	
*0000001	БУТЕРБРОД С НАСЛОМ	25/6			0,04	4,12	0,05	37
	Батон		25,89	25,89				
	Масло сливочное		6	6	0,04	4,68	0,06	
	Всего в Завтрак				41,12	54,18	31,94	779
	Второй завтрак							
*НАП0386	Кефир 2,5 % жирности	93			2,47	2,65	3,51	48
	Кефир		98,16	93,25	2,61	2,98	3,82	
	Всего в Второй завтрак				2,47	2,65	3,51	48
	Обед							
*САЛ0041	Салат картофельный с кукурузой и морковью.	46			0,77	2,76	4,95	48
	Масло растительное		3	3			3	
	Картофель		28,57	20	0,4	0,08	3,26	
	Морковь		18,75	15	0,2	0,02	1,08	
	Кукуруза сахарная консервированная		13,27	8,62	0,19	0,03	0,97	
*РАС0096	Рассольник на м.к.б.со сметаной	182/13/5			5,68	5,61	11,14	118
	Крупа перловая		5	5	0,47	0,06	3,33	
	Картофель		57,14	40	0,8	0,16	6,52	
	Лук репчатый		11,9	10	0,14		0,91	
	Огурцы соленые		24,59	13,52	0,11	0,01	0,22	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Говядина на кости		30	22,2	4,13	3,55		
	Сметана		4,92	4,92	0,14	0,98	0,16	
	Томатное пюре		3	3	0,11		0,35	
	Морковь		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
*МЯС0268	Котлеты из говядины	71			10,63	9,57	5,23	150
	Говядина на кости		73,71	54,54	10,14	8,73		
	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	9	9	0,32	1,89	9,99	58
	Сахар		11	11			12,97	
	Сухофрукты							
*0000005	Хлеб пшеничный	20	20	20	1,48	0,26	6,22	33
	Хлеб пшеничный				2,32	0,44	10,09	
*0000006	Хлеб ржаной	20	20	20	1,11	0,18	5,53	28
	Хлеб ржаной				1,14	0,21	5,88	
*1000000	Соль	6	6	6				
	Соль							
	Всего в Обед				22,93	21,93	62,11	538
	"Уплотненный" полдник							
*0000120	пряники	35	35,12	35,12	0,29		28,15	114
	Пряники				0,28		28,2	
*РЫБА239	тефтели рыбные с соусом томатным	90/30			13,45	3,42	12,33	134
	Минтай		131,71	79,02	12,56	0,71		
	Лук репчатый		19,05	16	0,22		1,46	
	Мука пшеничная		5	5	0,52	0,06	3,45	
	Морковь		20	16	0,21	0,02	1,15	
	Томатное пюре		3	3	0,11		0,35	
	Крупа рисовая		10	10	0,7	0,1	7,14	
	Масло растительное		3	3		3		
*КОМП342	Напиток из вишни	180	9	9	0,08	0,04	14,63	59
	Вишня		10	10	0,09	0,05	1,11	
	Сахар						14,97	
*0000005	Хлеб пшеничный	10	10	10	0,8	0,14	3,37	18
	Хлеб пшеничный				0,85	0,16	3,7	
	Всего в "Уплотненный" полдник				14,62	3,6	58,48	325
	Всего за день				81,14	82,36	156,04	1 690

Мед.сестра

(должность)


(подпись)

Трухачева О.А.
(ФИО)

Цена: 200-65