

Заведующий

/Замыслова Л.Н./



Сезон: осенний

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 16.10.2026г.

Категория: Ясли(с 2 до 3 лет)

Категория: Ясли(с 2 до 3 лет)		Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Энерг. ценность
Код блюда	Наименование блюда и продуктов		брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак				14,58	11,69	14,69	222
*ТВГ0222	Пудинг из творога со сметанным соусом	100/13						
	Крупа манная		8	8	0,82	0,08	5,42	
	Сахар		8	8			7,98	
	Яйцо		13,33	13,33	1,69	1,53	0,09	
	Масло сливочное		4	4	0,03	3,12	0,04	
	Сметана		6,49	6,49	0,18	1,3	0,21	
	Молоко ф.п.		20	20	0,56	0,64	0,94	
	Творог		77	73,15	12,22	6,58	1,46	
					23,52	28,01	9,1	383
*НАП0378	Чай с молоком	180						
	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	
					0,04	4,12	0,05	37
*0000001	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5						
	Батон		24	24				
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
					38,14	43,82	23,84	642
	Всего в Завтрак							
	Второй завтрак							
*КОМП342	Компот из свежих яблок	180			0,05	0,05	10,15	41
	Яблоки		15,15	13,33	0,05	0,05	1,31	
	Сахар		10	10			9,98	
					0,05	0,05	10,15	41
	Всего в Второй завтрак							
	Обед							
*САЛ0018	Салат из свеклы с растительным маслом	33			0,61	2,68	5,11	47
	Масло растительное		3	3			3	
	Свекла		37,5	30	0,6	0,04	3,64	
					4,2	3	12,17	92
*СУП0097	Суп харчо на м./к.б.	171/9						
	Лук репчатый		8,57	7,2	0,1		0,66	
	Масло сливочное		1	1	0,01	0,78	0,01	
	Томатное пюре		4,8	4,8	0,17		0,57	
	Крупа рисовая		5	5	0,35	0,05	3,57	
	Морковь		9	7,2	0,09	0,01	0,52	
	Картофель		70,29	49,2	0,98	0,2	8,02	
	Говядина на кости		20	14,8	2,75	2,37		
	Чеснок		0,49	0,38	0,02		0,02	
					9,39	9,88	4,36	144
*ПТИЦ294	Кнели куриные	49						
	Курица		54,49	40,32	7,34	7,42	0,28	
	Хлеб пшеничный		10	10	0,85	0,16	3,7	
	Лук репчатый		9,52	8	0,11		0,73	
	Масло растительное		2	2			2	
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
					2,28	2,26	14,67	88
*ГАР0310	картофельное пюре	120						
	Картофель		132,86	93	1,86	0,37	15,16	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Молоко ф.п.		20	20	0,56	0,64	0,94	

Стр: 1

*КОМП342	Компот из сухофруктов	180					11,8	47
	Сахар		10	10			9,98	
	Сухофрукты		15	15				
*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				19,07	18,26	59,86	479
	"Уплотненный" полдник							
*ВЫП0415	Кух	60			5,2	6,34	35,5	220
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Молоко ф.п.		30	30	0,84	0,96	1,41	
	Масло растительное		3	3		3		
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Сахар		10	10			9,98	
	Дрожжи		0,3	0,3	0,04	0,01		
	Мука пшеничная		40	40	4,12	0,44	27,56	
*ОВОЩ143	Овощи тушеные	150			2,94	4,61	14,05	109
	Масло растительное		3	3		3		
	Морковь		8,75	7	0,09	0,01	0,5	
	Лук репчатый		8,33	7	0,1		0,64	
	Капуста белокочанная свежая		112,5	90	1,62	0,09	4,23	
	Картофель		86	60,2	1,2	0,24	9,81	
	Томатное пюре		2	2	0,07		0,24	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
*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				9,03	11,09	67,68	406
	Всего за день				66,29	73,22	161,53	1 568

Мед.сестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

О.А. Горюнов

Цена: 180-60



Сезон: осенний

**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 16.10.2026г.**

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							
*ТВГ0222	Пудинг из творога со сметанным соусом	131/15			18,72	13,84	18,59	274
	Крупа манная		10	10	1,03	0,1	6,77	
	Сахар		10	10			9,98	
	Яйцо		13,33	13,33	1,69	1,53	0,09	
	Масло сливочное		4	4	0,03	3,12	0,04	
	Сметана		6,49	6,49	0,18	1,3	0,21	
	Молоко ф.п.		30	30	0,84	0,96	1,41	
	Творог		102,26	97,15	16,22	8,74	1,94	
*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		24,19	24,19				
	Масло сливочное		6	6	0,04	4,68	0,06	
	Всего в Завтрак				42,28	45,97	27,74	694
	Второй завтрак							
*КОМП342	Компот из свежих яблок	180			0,07	0,07	10,72	44
	Яблоки		22,73	20	0,08	0,08	1,96	
	Сахар		10	10			9,98	
	Всего в Второй завтрак				0,07	0,07	10,72	44
	Обед							
*САЛ0050	Салат из свеклы с р.м.	42			0,56	1,8	3,31	32
	Масло растительное		2	2		2		
	Свекла		50	40	0,6	0,04	3,64	
*СУП0097	Суп харчо на м./к.б.	186/14			5,25	4,53	11,88	109
	Лук репчатый		11,9	10	0,14		0,91	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Томатное пюре		4	4	0,14		0,47	
	Крупа рисовая		5	5	0,35	0,05	3,57	
	Морковь		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
	Картофель		64,29	45	0,9	0,18	7,34	
	Говядина на кости		30,57	22,62	4,21	3,62		
	Чеснок		0,44	0,35	0,02		0,02	
*ПТИЦ294	Кнели куриные	55			10,61	10,83	5,57	162
	Курица		58,15	43,03	7,83	7,92	0,3	
	Хлеб пшеничный		13	13	1,11	0,21	4,81	
	Лук репчатый		11,9	10	0,14		0,91	
	Масло растительное		2	2		2		
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
*ГАР0310	картофельное пюре	130			2,64	2,33	17,49	102
	Картофель		160	112	2,24	0,45	18,26	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Молоко ф.п.		20	20	0,56	0,64	0,94	

*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				21,97	21,82	59,99	524
	"Уплотненный" полдник							
*ВЫП0415	Кух	60			5,2	6,34	35,5	220
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Молоко ф.п.		30	30	0,84	0,96	1,41	
	Масло растительное		3	3		3		
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Сахар		10	10			9,98	
	Дрожжи		0,6	0,6	0,08	0,02		
	Мука пшеничная		40	40	4,12	0,44	27,56	
*ОВОЩ143	Овощи тушеные	180			3,52	5,41	17,41	132
	Масло растительное		3	3		3		
	Морковь		10	8	0,1	0,01	0,58	
	Лук репчатый		10	8,4	0,12		0,76	
	Капуста белокочанная свежая		125	100	1,8	0,1	4,7	
	Картофель		104	72,8	1,46	0,29	11,87	
	Томатное пюре		3	3	0,11		0,35	
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
*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				9,52	11,89	65,36	406
	Всего за день				73,84	79,75	163,81	1 668

Мед.сестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Термочева О.А.

Цена: 200-41