



Сезон: осенний

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 20.10.2026г.

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				14,55	10,89	14,66	215
*ТВОР223	Запеканка из творога со сметанным соусом.	100/13						
	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		5,71	5,71	0,16	1,14	0,18	
	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	
	Всего в Завтрак				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	
	Всего в Чай с молоком				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	
	Всего в Бутерброд с маслом				38,11	43,02	23,81	635
	Второй завтрак							
	Ряженка 2.5 %	142			4,06	7,61	5,38	106
*НАП0386	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				
	Сахар		1	1			1	
	Всего в Салат витаминный				4,07	3,82	9,07	87
*БРЩ0083	Свекольник на м.к.б со сметаной	167/8/5						
	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		4,84	4,84	0,14	0,97	0,15	
	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		
	Всего в Свекольник на м.к.б со сметаной				10,62	10,62	4,09	154
*МЯС0267	Шницель из говядины.	86						
	Говядина на кости		103,05	76,25	14,18	12,2		
	Хлеб пшеничный		10	10	0,85	0,16	3,7	
	Масло растительное		2	2				
	Яйцо		4	4	0,51	0,46	0,03	
	Лук репчатый		10	8,4	0,12		0,76	
	Всего в Шницель из говядины				4,15	3,84	26,68	158
*ГАР0309	Вермишель отварная	80						
	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				22,35	21,6	68,6	557
	"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				82,94	83,83	173,69	1 780

Мед.сестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

О.А.

Боромева О.А.

Цена: 191-45



Сезон: осенний

**ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
на 20.10.2026г.**

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			18,79	13,78	18,58	274
	Творог		102,99	97,84	16,34	8,81	1,96	
	Яйцо		13,33	13,33	1,69	1,53	0,09	
	Масло сливочное		4	4	0,03	3,12	0,04	
	Сметана		5,71	5,71	0,16	1,14	0,18	
	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	25/6			0,04	4,12	0,05	37
	Батон		25,68	25,68				
	Масло сливочное		6	6	0,04	4,68	0,06	
	Всего в Завтрак				42,35	45,91	27,73	694
	Второй завтрак							
*НАП0386	Ряженка 2.5 %	92			2,71	5,07	3,59	71
	Ряженка		97,52	92,65	2,78	5,56	3,8	
	Всего в Второй завтрак				2,71	5,07	3,59	71
	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	
*БРЩ0083	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		4,84	4,84	0,14	0,97	0,15	
*МЯС0267	Шницель из говядины.	90			11,36	10,17	5,23	158
	Говядина на кости		103,05	76,25	14,18	12,2		
	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	90			3,92	1,76	25,39	133
	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	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				25,05	23,07	68,43	581
	"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	
*БОБ0199	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				91,98	85,84	189,76	1 900

Мед.сестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

О.А. Горюнова

Цена: 211-14