

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение детский сад № 46
муниципального образования городской округ город-курорт Сочи Краснодарского края

Утверждено
приказом заведующего МДОБУ
детский сад №46 города Сочи
от «09» января 2024 № 30

Т.А. Чакрян

**Основное (организованное) меню
(холодный период)
для детей от 3-х до 7-ми лет
(режим работы 5 часов)**

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Зимне-весенний

Меню 2-х недельное на 1 неделю понедельник

Категория: Сад (с 3 до 7 лет) ГКП

Диета:

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак							
*227	Яйца вареные	1 шт			5,08	4,6	0,28	63
	Яйцо		40	40	5,08	4,6	0,28	
*412/2	Чай с лимоном	180/10/7			0,12	0,02	10,2	41
	Сахар		10	10			6,99	
	Лимон свежий		8	7	0,03		0,11	
	410 Чай-заварка							
	Чай высшего или 1-го сорта		0,3	0,3	0,06	0,02	0,01	
*	Хлеб пшеничный	35			2,98	0,56	12,95	69
	Хлеб пшеничный		35	35	2,98	0,56	12,95	
*уп млож	икра кабачковая для детского питания	50						
	Икра кабачковая		50	50	0,95	4,45	3,85	
*006	Масло (порциями)	5			0,04	3,63	0,07	33
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Всего в Завтрак				8,22	8,81	23,5	206
	Второй завтрак							
*418/3	Сок яблочный	150			0,75		15,15	64
	Сок яблочный		150	150	0,6		16,95	
	Всего в Второй завтрак				0,75		15,15	64
	Обед							
*	Хлеб ржаной	43			3,3	0,6	17,05	87
	Хлеб ржаной		42,5	42,5	3,3	0,6	17,05	
*088/1	Суп картофельный с макаронными изделиями	200			2,11	2,06	15,17	88
	Картофель		85,71	60	1,2	0,24	9,78	
	Морковь		10	8	0,1	0,01	0,58	
	Лук репчатый		9,52	8	0,11		0,73	
	Масло растительное		2	2		2		
	вермишель		8	8	0,83	0,09	5,58	
*А339	Пюре картофельное	100			2,04	3,2	13,63	92
	Картофель		122,14	85,5	1,71	0,34	13,94	
	Молоко		15,8	15	0,42	0,48	0,71	
	Масло сливочное		3,5	3,5	0,03	2,73	0,04	
*А286	Котлета рыбная паровая (минтай)	80			11,93	3,28	6,04	101
	Минтай неразделанный		110	70	10,72	0,4		
	Хлеб пшеничный		11	11	0,94	0,18	4,07	
	Молоко		16	16	0,45	0,51	0,75	
	Яйцо		7	7	0,89	0,81	0,05	
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
*055/1	Икра свекольная	50			1,17	2,3	6,17	50
	Свекла		50	40	0,6	0,04	3,64	
	Лук репчатый		9,82	8,25	0,12		0,75	
	Томатное пюре		13,75	13,75	0,5		1,62	
	Масло растительное		2,5	2,5		2,5		
	Сахар		0,6	0,6			0,6	
*394/1	Компот из смеси сухофруктов	180			0,4	0,02	24,99	102

	Смесь сухофруктов		18	18				
	Сахар		14,4	14,4			14,37	
	Кислота лимонная		0,18	0,18				
	Всего в Обед				20,95	11,46	83,05	520
	Всего за день				29,92	20,27	121,7	790

** - Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности.

* - Дежурное блюдо.

_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Зимне-весенний

Меню 2-х недельное на 1 неделю вторник

Категория: Сад (с 3 до 7 лет) ГКП

Диета:

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак							
*413/2	Чай с молоком	180			2,67	2,34	14,31	89
	Сахар		10	10			6,99	
	Молоко		92	90	2,52	2,88	4,23	
	<i>410 Чай-заварка</i>							
	Чай высшего или 1-го сорта		0,3	0,3	0,06	0,02	0,01	
*АП/2	Хлеб пшеничный	30			2,4	0,42	10,1	54
	Хлеб пшеничный		30	30	2,56	0,48	11,1	
*А101/4	Суп молочный с пшеном	200			5,8	5,48	18,57	147
	Молоко		140	140	3,92	4,48	6,58	
	Крупа пшеничная		16	16	1,6	0,21	10,61	
	Сахар		1,6	1,6			1,6	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
*006	Масло (порциями)	5			0,04	3,63	0,07	33
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Всего в Завтрак				10,91	11,87	43,05	323
	Второй завтрак							
*386/1	Яблоки	100			0,4	0,4	9,8	44
	Яблоки		114	100	0,4	0,4	9,8	
	Всего в Второй завтрак				0,4	0,4	9,8	44
	Обед							
*143/2	Капуста тушеная	150			3,13	5,56	14,38	120
	Капуста белокочанная свежая		206,25	165	1,98	0,11	5,17	
	Масло растительное		6	6		4		
	Морковь		10	8	0,07	0,01	0,36	
	Петрушка (зелень)		3	3	0,03	0,01	0,21	
	Лук репчатый		13,1	11	0,1		0,64	
	Мука пшеничная		3	3	0,21	0,02	1,38	
	Томат-паста		5	5	0,18		0,59	
*	Хлеб ржаной	43			3,3	0,6	17,05	87
	Хлеб ржаной		42,5	42,5	3,3	0,6	17,05	
*	Помидоры соленые	50			0,55		1,9	10
	Помидоры консервированные (целые)		55	50	0,55		1,9	
*А082/1	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200			1,68	4,09	13,27	97
	Картофель		85,71	60	1,2	0,24	9,78	
	Крупа перловая		4	4	0,37	0,04	2,66	
	Морковь		10	8	0,1	0,01	0,58	
	Лук репчатый		4,76	4	0,06		0,36	
	Огурцы соленые		13,33	12	0,1	0,01	0,19	
	Масло растительное		4	4		4		
*АА1	Сметана	5			0,14	1	0,16	10
	Сметана		5	5	0,14	1	0,16	
*А299/3	Котлеты, биточки, шницели рубленые	80			12,44	9,24	12,56	183
	Говядина (котлетное мясо)		80	59	7,83	4,4		
	Хлеб пшеничный		14	14	0,94	0,18	4,07	

	Молоко		19	19	0,39	0,45	0,66	
	Сухари		8	8	0,51	0,65	3,05	
	Масло сливочное		5	5	0,03	3,12	0,04	
*394/1	Компот из смеси сухофруктов	180			0,4	0,02	24,99	102
	Смесь сухофруктов		18	18				
	Сахар		14,4	14,4			14,37	
	Кислота лимонная		0,18	0,18				
	Всего в Обед				21,64	20,51	84,31	609
	Всего за день				32,95	32,78	137,16	976

** - Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности.

* - Дежурное блюдо.

_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Зимне-весенний

Меню 2-х недельное на 1 неделю среда

Категория: Сад (с 3 до 7 лет) ГКП

Диета:

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак							
*416/2	Какао с молоком	180			3,67	3,19	15,82	107
	Какао-порошок		2	2	0,48	0,35	0,76	
	Сахар		10	10			7,98	
	Молоко		110	110	2,58	2,94	4,32	
*	Хлеб пшеничный	35			2,98	0,56	12,95	69
	Хлеб пшеничный		35	35	2,98	0,56	12,95	
*A101/7	Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	200			5,92	5,93	17,93	149
	Молоко		140	140	3,92	4,48	6,58	
	Крупа "Геркулес"		12	12	1,6	0,21	10,61	
	Сахар		1,6	1,6			1,6	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
*Ап/12	Печенье сахарное	30			2,1	4,5	20,1	129
	Печенье сахарное		30	30				
	Всего в Завтрак				14,67	14,18	66,8	454
	Второй завтрак							
*386/1	Яблоки	100			0,4	0,4	9,8	44
	Яблоки		114	100	0,4	0,4	9,8	
	Всего в Второй завтрак				0,4	0,4	9,8	44
	Обед							
*AA1	Сметана	5			0,14	1	0,16	10
	Сметана		5	5	0,14	1	0,16	
*AP/2	Хлеб ржаной	30			1,98	0,36	10,23	52
	Хлеб ржаной		30	30	1,98	0,36	10,23	
*A064	Борщ с картофелем	200			1,63	4	11,29	88
	Свекла		40	32	0,48	0,03	2,91	
	Картофель		57,14	40	0,8	0,16	6,52	
	Морковь		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
	Лук репчатый		9,52	8	0,11		0,73	
	Масло растительное		4	4		4		
	Сахар		1,2	1,2			1,2	
	Томат-паста		2	2	0,1		0,38	
*A396/2	Кисель	180			0,11	0,09	24,31	98
	Крахмал картофельный		18	18	0,09		0,68	
*A219/5	Макаронные изделия отварные с маслом	95/5			3,69	2,26	17,71	106
	Масло сливочное		2,44	2,44	0,02	1,9	0,02	
	218 Макаронные изделия отварные							
	Макаронные изделия		34,16	34,16	3,55	0,38	23,8	
*409	печень, тушённая в соусе	50.50			9,94	7,76	6,34	139
	Печень говяжья		86	71	12,71	2,63		
	Мука пшеничная		3	3	0,31	0,03	2,06	
	Мука пшеничная		7	7	0,72	0,08	4,82	
	Масло сливочное		3	3	0,04	3,9	0,05	
	Сметана		12	12	0,34	2,4	0,38	
	Соль		2	2				
*055/2	Икра морковная	60			1,32	2,76	6,53	56

Морковь	60	48	0,72	0,05	4,37
Лук репчатый	11,79	9,9	0,14		0,9
Томатное пюре	16,5	16,5	0,59		1,95
Масло растительное	3	3		3	
Сахар	0,72	0,72			0,72
Всего в Обед			18,81	18,23	76,57
Всего за день			33,88	32,81	153,17
					549
					1 047

** - Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности.

* - Дежурное блюдо.

_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Зимне-весенний

Меню 2-х недельное на 1 неделю четверг

Категория: Сад (с 3 до 7 лет) ГКП

Диета:

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак							
*411/2	Чай с сахаром	180/10			0,06	0,02	9,99	40
	Сахар		10	10			6,99	
	410 Чай-заварка							
	Чай высшего или 1-го сорта		0,3	0,3	0,06	0,02	0,01	
*	Хлеб пшеничный	35			2,98	0,56	12,95	69
	Хлеб пшеничный		35	35	2,98	0,56	12,95	
*A101/3	Суп молочный с гречневой крупой	200			5,97	5,48	17,08	142
	Молоко		140	140	3,92	4,48	6,58	
	Крупа гречневая		16	16	1,6	0,21	10,61	
	Сахар		1,6	1,6			1,6	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
*006	Масло (порциями)	5			0,04	3,63	0,07	33
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Всего в Завтрак				9,05	9,69	40,09	284
	Второй завтрак							
*386/1	Яблоки	100			0,4	0,4	9,8	44
	Яблоки		114	100	0,4	0,4	9,8	
	Всего в Второй завтрак				0,4	0,4	9,8	44
	Обед							
*	Хлеб ржаной	43			3,3	0,6	17,05	87
	Хлеб ржаной		42,5	42,5	3,3	0,6	17,05	
*087/4	Суп картофельный с горохом	200			4,39	4,21	13,05	107
	Картофель		57,14	40	0,8	0,16	6,52	
	Горох		16	16	3,36	0,32	7,46	
	Лук репчатый		9,52	8	0,11		0,73	
	Морковь		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
	Масло растительное		4	4		4		
*A390/1	Компот из свежих яблок	180			0,14	0,14	21,49	88
	Яблоки		40,86	36	0,14	0,14	3,53	
	Сахар		10	10			17,96	
	Кислота лимонная		0,18	0,18				
*055/1	Икра свекольная	50			1,17	2,3	6,17	50
	Свекла		50	40	0,6	0,04	3,64	
	Лук репчатый		9,82	8,25	0,12		0,75	
	Томатное пюре		13,75	13,75	0,5		1,62	
	Масло растительное		2,5	2,5		2,5		
	Сахар		0,6	0,6			0,6	
*321/2	Плов из птицы	40\100			14,31	13,13	23,79	271
	Курица		157,33	139,33	19,05	19,26	0,73	
	Масло сливочное		5,33	5,33	0,03	3,12	0,04	
	Морковь		10,83	8,67	0,11	0,01	0,63	
	Лук репчатый		7,14	6	0,07		0,43	
	Томатное пюре		4,67	4,67	0,17		0,55	
	Крупа рисовая		30,67	30,67	2,15	0,31	21,89	
	Всего в Обед				23,31	20,38	81,55	603

Всего за день**32,76****30,47****131,44****931**

** - Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности.

* - Дежурное блюдо.

_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Зимне-весенний

Меню 2-х недельное на 1 неделю пятница

Категория: Сад (с 3 до 7 лет) ГКП

Диета:

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак							
*414/2	Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,36	91
	Кофейный напиток		3	3				
	Сахар		10	10			6,99	
	Молоко		90	90	2,1	2,4	3,53	
*	Хлеб пшеничный	35			2,98	0,56	12,95	69
	Хлеб пшеничный		35	35	2,98	0,56	12,95	
*А101/7	Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	200			5,92	5,93	17,93	149
	Молоко		140	140	3,92	4,48	6,58	
	Крупа "Геркулес"		12	12	1,6	0,21	10,61	
	Сахар		1,6	1,6			1,6	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
*Ап/11	Печенье сахарное	20			1,4	3	13,4	86
	Печенье сахарное		20	20				
	Всего в Завтрак				13,15	11,9	58,64	395
	Второй завтрак							
*386/1	Яблоки	100			0,4	0,4	9,8	44
	Яблоки		114	100	0,4	0,4	9,8	
	Всего в Второй завтрак				0,4	0,4	9,8	44
	Обед							
*	Хлеб ржаной	43			3,3	0,6	17,05	87
	Хлеб ржаной		42,5	42,5	3,3	0,6	17,05	
*АА1	Сметана	5			0,14	1	0,16	10
	Сметана		5	5	0,14	1	0,16	
*А077	Щи из квашеной капусты с картофелем	200			1,3	3,89	5,39	62
	Капуста квашеная		57,14	40	0,72		0,88	
	Картофель		28,57	20	0,4	0,08	3,26	
	Морковь		10	8	0,1	0,01	0,58	
	Лук репчатый		9,52	8	0,11		0,73	
	Томатное пюре		2	2	0,07		0,24	
	Масло растительное		4	4		4		
*А396/3	Витаминизированный напиток "Кисилек"	180			0,11	0,09	24,31	98
	Концентрат киселя		18	18	0,09		0,68	
*А179/3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	95/5			5,75	3,3	25,88	156
	Крупа гречневая		46,34	46,34	5,85	1,53	28,84	
	Масло сливочное		2,44	2,44	0,02	1,9	0,02	
*055/2	Икра морковная	60			1,32	2,76	6,53	56
	Морковь		60	48	0,72	0,05	4,37	
	Лук репчатый		11,79	9,9	0,14		0,9	
	Томатное пюре		16,5	16,5	0,59		1,95	
	Масло растительное		3	3		3		
	Сахар		0,72	0,72			0,72	
*А293/2	Гуляш из отварного мяса	70\70			18,06	14,26	4,59	219
	Говядина		153,13	112,88	15,79	13,58		

Морковь	16,41	13,13	0,23	0,02	1,26
Лук репчатый	14,58	12,25	0,12		0,81
Томатное пюре	5,25	5,25	0,19		0,63
Масло сливочное	4,38	4,38	0,04	3,41	0,05
Мука пшеничная	3,5	3,5	0,37	0,04	2,42
Всего в Обед			29,98	25,9	83,91
Всего за день			43,53	38,2	152,35
					688
					1 127

** - Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности.

* - Дежурное блюдо.

_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Зимне-весенний

Меню 2-х недельное на 2 неделю понедельник

Категория: Сад (с 3 до 7 лет) ГКП

Диета:

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак							
*227	Яйца вареные Яйцо	1 шт	40	40	5,08 5,08	4,6 4,6	0,28 0,28	63
*412/2	Чай с лимоном Сахар Лимон свежий <i>410 Чай-заварка</i> Чай высшего или 1-го сорта	180/10/ 7	10 8 0,3	10 7 0,3	0,12 0,03 0,06	0,02 0,11 0,02	10,2 6,99 0,01	41
*АП/2	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	30	30	2,4 2,56	0,42 0,48	10,1 11,1	54
*уп млож	икра кабачковая для детского питания Икра кабачковая	50	50	50	0,95	4,45	3,85	
*006	Масло (порциями) Масло сливочное	5	5	5	0,04 0,04	3,63 3,9	0,07 0,05	33
	Всего в Завтрак				7,64	8,67	20,65	191
	Второй завтрак							
*418/3	Сок яблочный Сок яблочный	150	150	150	0,75 0,6		15,15 16,95	64
	Всего в Второй завтрак				0,75		15,15	64
	Обед							
*284/2	Суфле из рыбы (минтай) Минтай неразделанный Яйцо Масло растительное Крупа манная <i>371 Соус молочный густой (для фа</i> Молоко Масло сливочное Мука пшеничная Соль	80	120 10 3 4 20,25 3,51 3,51 0,22	120 10 3 4 20,25 3,51 3,51 0,22	12,81 8,8 1,02 0,41 0,57 0,02 0,36 0,22	6,41 0,33 0,92 2 0,65 2,74 0,04	3,29 0,06 2,7 0,95 0,04 2,41	122
*	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	43	42,5	42,5	3,3 3,3	0,6 0,6	17,05 17,05	87
*088/1	Суп картофельный с макаронными изделиями Картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное вермишель	200	85,71 10 9,52 2 8	60 8 8 2 8	2,11 1,2 0,1 0,11 0,83	2,06 0,24 0,01 2 0,09	15,17 9,78 0,58 0,73 5,58	88
*А339	Пюре картофельное Картофель Молоко Масло сливочное	100	122,14 15,8 3,5	85,5 15 3,5	2,04 1,71 0,42 0,03	3,2 0,34 0,48 2,73	13,63 13,94 0,71 0,04	92
*394/1	Компот из смеси сухофруктов Смесь сухофруктов Сахар	180	18 14,4	18 14,4	0,4	0,02	24,99 14,37	102

	Кислота лимонная		0,18	0,18				
*055/2	Икра морковная	60			1,32	2,76	6,53	56
	Морковь		60	48	0,72	0,05	4,37	
	Лук репчатый		11,79	9,9	0,14		0,9	
	Томатное пюре		16,5	16,5	0,59		1,95	
	Масло растительное		3	3		3		
	Сахар		0,72	0,72			0,72	
	Всего в Обед				21,98	15,05	80,66	547
	Всего за день				30,37	23,72	116,46	802

** - Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности.

* - Дежурное блюдо.

(должность)	(подпись)	(ФИО)
(должность)	(подпись)	(ФИО)
(должность)	(подпись)	(ФИО)

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Зимне-весенний

Меню 2-х недельное на 2 неделю вторник

Категория: Сад (с 3 до 7 лет) ГКП

Диета:

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак							
*413/2	Чай с молоком	180			2,67	2,34	14,31	89
	Сахар		10	10			6,99	
	Молоко		92	90	2,52	2,88	4,23	
	<i>410 Чай-заварка</i>							
	Чай высшего или 1-го сорта		0,3	0,3	0,06	0,02	0,01	
*	Хлеб пшеничный	35			2,98	0,56	12,95	69
	Хлеб пшеничный		35	35	2,98	0,56	12,95	
*A101/10	Суп молочный с пшеничной крупой	200			5,97	5,48	17,08	142
	Молоко		140	140	3,92	4,48	6,58	
	Сахар		1,6	1,6			1,6	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Крупа пшеничная		16	16	0,18	0,02	1	
*006	Масло (порциями)	5			0,04	3,63	0,07	33
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Всего в Завтрак				11,66	12,01	44,41	333
	Второй завтрак							
*386/1	Яблоки	100			0,4	0,4	9,8	44
	Яблоки		114	100	0,4	0,4	9,8	
	Всего в Второй завтрак				0,4	0,4	9,8	44
	Обед							
*304/2	Тефтели мясные (2-й вариант)	160			10,91	12,53	13,79	212
	Говядина (котлетное мясо)		70	51	6,76	3,8		
	Крупа рисовая		7	7	0,35	0,05	3,57	
	Лук репчатый		17,86	15	0,15		1	
	Масло сливочное		3	3	0,01	1,56	0,02	
	Масло сливочное		3	3	0,01	1,56	0,02	
	Мука пшеничная		5	5	0,41	0,04	2,75	
	<i>372 Соус сметанный</i>							
	Сметана		20	20	0,56	4	0,64	
	Соль		0,64	0,64				
	Масса белого соуса			60				
	Мука пшеничная		6	6	0,62	0,07	4,13	
*	Хлеб ржаной	43			3,3	0,6	17,05	87
	Хлеб ржаной		42,5	42,5	3,3	0,6	17,05	
*AA1	Сметана	5			0,14	1	0,16	10
	Сметана		5	5	0,14	1	0,16	
*A064	Борщ с картофелем	200			1,63	4	11,29	88
	Свекла		40	32	0,48	0,03	2,91	
	Картофель		57,14	40	0,8	0,16	6,52	
	Морковь		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
	Лук репчатый		9,52	8	0,11		0,73	
	Масло растительное		4	4		4		
	Сахар		1,2	1,2			1,2	
	Томат-паста		2	2	0,1		0,38	

*A219/5	Макаронные изделия отварные с маслом Масло сливочное <i>218 Макаронные изделия отварные</i> Макаронные изделия	95/5			3,69	2,26	17,71	106
			2,44	2,44	0,02	1,9	0,02	
			34,16	34,16	3,55	0,38	23,8	
*394/1	Компот из смеси сухофруктов Смесь сухофруктов Сахар Кислота лимонная	180			0,4	0,02	24,99	102
			18	18				
			14,4	14,4			14,37	
			0,18	0,18				
*055/2	Икра морковная Морковь Лук репчатый Томатное пюре Масло растительное Сахар	30			0,66	1,38	3,26	28
			30	24	0,36	0,02	2,18	
			5,89	4,95	0,07		0,45	
			8,25	8,25	0,3		0,97	
			1,5	1,5		1,5		
			0,36	0,36			0,36	
	Всего в Обед				20,73	21,79	88,25	633
	Всего за день				32,79	34,2	142,46	1 010

** - Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности.

* - Дежурное блюдо.

_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Зимне-весенний

Меню 2-х недельное на 2 неделю среда

Категория: Сад (с 3 до 7 лет) ГКП

Диета:

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак							
*414/2	Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,36	91
	Кофейный напиток		3	3				
	Сахар		10	10			6,99	
	Молоко		90	90	2,1	2,4	3,53	
*	Хлеб пшеничный	35			2,98	0,56	12,95	69
	Хлеб пшеничный		35	35	2,98	0,56	12,95	
*A101/4	Суп молочный с пшеном	200			5,8	5,48	18,57	147
	Молоко		140	140	3,92	4,48	6,58	
	Крупа пшенная		16	16	1,6	0,21	10,61	
	Сахар		1,6	1,6			1,6	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
*Ап/12	Печенье сахарное	30			2,1	4,5	20,1	129
	Печенье сахарное		30	30				
	Всего в Завтрак				13,73	12,95	65,98	436
	Второй завтрак							
*386/1	Яблоки	100			0,4	0,4	9,8	44
	Яблоки		114	100	0,4	0,4	9,8	
	Всего в Второй завтрак				0,4	0,4	9,8	44
	Обед							
*164/1	Запеканка картофельная с печенью	100			7,73	4,83	15,71	137
	Печень говяжья		37	31	7,12	4		
	Масло растительное		1	1	0,01	1,56	0,02	
	Масло растительное		2	2		2		
	Лук репчатый		4,76	4	0,06		0,36	
	Соль		0,3	0,3				
	Соль		0,3	0,3				
	Картофель		137,14	96	1,92	0,38	15,65	
	Яйцо		5	5	0,64	0,58	0,04	
*	Хлеб ржаной	43			3,3	0,6	17,05	87
	Хлеб ржаной		42,5	42,5	3,3	0,6	17,05	
*AA1	Сметана	5			0,14	1	0,16	10
	Сметана		5	5	0,14	1	0,16	
*A063/1	Борщ со свежей капустой и картофелем	200			1,45	3,93	10,19	82
	Свекла		40	32	0,48	0,03	2,91	
	Капуста белокочанная свежая		20	16	0,29	0,02	0,75	
	Картофель		22,86	16	0,32	0,06	2,61	
	Морковь		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
	Лук репчатый		9,52	8	0,11		0,73	
	Томатное пюре		6	6	0,22		0,71	
	Масло растительное		4	4		4		
	Сахар		2	2			2	
	Петрушка (зелень)		0,01	0,01				
*394/1	Компот из смеси сухофруктов	180			0,4	0,02	24,99	102
	Смесь сухофруктов		18	18				

	Сахар		14,4	14,4			14,37	
	Кислота лимонная		0,18	0,18				
*055/2	Икра морковная	60			1,32	2,76	6,53	56
	Морковь		60	48	0,72	0,05	4,37	
	Лук репчатый		11,79	9,9	0,14		0,9	
	Томатное пюре		16,5	16,5	0,59		1,95	
	Масло растительное		3	3		3		
	Сахар		0,72	0,72			0,72	
	Всего в Обед				14,34	13,14	74,63	474
	Всего за день				28,47	26,49	150,41	954

** - Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности.

* - Дежурное блюдо.

_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)
_____	_____	_____
(должность)	(подпись)	(ФИО)

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Зимне-весенний

Меню 2-х недельное на 2 неделю четверг

Категория: Сад (с 3 до 7 лет) ГКП

Диета:

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак							
*419/2	Молоко кипяченое	180			5,48	4,88	9,07	102
	Молоко		189	180	4,2	4,8	7,05	
*	Хлеб пшеничный	35			2,98	0,56	12,95	69
	Хлеб пшеничный		35	35	2,98	0,56	12,95	
*A101/2	Суп молочный с ячневой крупой	200			5	4,64	16,52	128
	Молоко		126	126	3,53	4,03	5,92	
	Крупа ячневая		14,4	14,4	1,44	0,19	9,55	
	Сахар		1,44	1,44			1,44	
	Масло сливочное		1,8	1,8	0,01	1,4	0,02	
*006	Масло (порциями)	5			0,04	3,63	0,07	33
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Всего в Завтрак				13,5	13,71	38,61	332
	Второй завтрак							
*386/1	Яблоки	100			0,4	0,4	9,8	44
	Яблоки		114	100	0,4	0,4	9,8	
	Всего в Второй завтрак				0,4	0,4	9,8	44
	Обед							
*	Хлеб ржаной	43			3,3	0,6	17,05	87
	Хлеб ржаной		42,5	42,5	3,3	0,6	17,05	
*087/4	Суп картофельный с горохом	200			4,39	4,21	13,05	107
	Картофель		57,14	40	0,8	0,16	6,52	
	Горох		16	16	3,36	0,32	7,46	
	Лук репчатый		9,52	8	0,11		0,73	
	Морковь		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
	Масло растительное		4	4		4		
*	Сметана	10			0,28	2	0,32	20
	Сметана		10	10	0,28	2	0,32	
*394/1	Компот из смеси сухофруктов	180			0,4	0,02	24,99	102
	Смесь сухофруктов		18	18				
	Сахар		14,4	14,4			14,37	
	Кислота лимонная		0,18	0,18				
*055/2	Икра морковная	60			1,32	2,76	6,53	56
	Морковь		60	48	0,72	0,05	4,37	
	Лук репчатый		11,79	9,9	0,14		0,9	
	Томатное пюре		16,5	16,5	0,59		1,95	
	Масло растительное		3	3		3		
	Сахар		0,72	0,72			0,72	
*321/2	Плов из птицы	40\100			14,31	13,13	23,79	271
	Курица		157,33	139,33	19,05	19,26	0,73	
	Масло сливочное		5,33	5,33	0,03	3,12	0,04	
	Морковь		10,83	8,67	0,11	0,01	0,63	
	Лук репчатый		7,14	6	0,07		0,43	
	Томатное пюре		4,67	4,67	0,17		0,55	
	Крупа рисовая		30,67	30,67	2,15	0,31	21,89	
	Всего в Обед				24	22,72	85,73	643

Всего за день

37,9	36,83	134,14	1 019
-------------	--------------	---------------	--------------

** - Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности.

* - Дежурное блюдо.

(должность)	(подпись)	(ФИО)
(должность)	(подпись)	(ФИО)
(должность)	(подпись)	(ФИО)

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Зимне-весенний

Меню 2-х недельное на 2 недельку пятница

Категория: Сад (с 3 до 7 лет) ГКП

Диета:

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак							
*416/2	Какао с молоком	180			3,67	3,19	15,82	107
	Какао-порошок		2	2	0,48	0,35	0,76	
	Сахар		10	10			7,98	
	Молоко		110	110	2,58	2,94	4,32	
*	Хлеб пшеничный	35			2,98	0,56	12,95	69
	Хлеб пшеничный		35	35	2,98	0,56	12,95	
*А101/4	Суп молочный с пшеном	200			5,8	5,48	18,57	147
	Молоко		140	140	3,92	4,48	6,58	
	Крупа пшенная		16	16	1,6	0,21	10,61	
	Сахар		1,6	1,6			1,6	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
*Ап/11	Печенье сахарное	20			1,4	3	13,4	86
	Печенье сахарное		20	20				
	Всего в Завтрак				13,85	12,23	60,74	409
	Второй завтрак							
*386/1	Яблоки	100			0,4	0,4	9,8	44
	Яблоки		114	100	0,4	0,4	9,8	
	Всего в Второй завтрак				0,4	0,4	9,8	44
	Обед							
*290/2	Мясо тушеное с овощами в соусе	220			21,71	16,55	15,02	296
	Говядина		176	130	17,86	15,36		
	Морковь		15	12	0,13	0,01	0,72	
	Картофель		95,71	67	1	0,2	8,15	
	Горошек зеленый консервированный		9	6	0,16	0,01	0,33	
	Томат-паста		4	4	0,19		0,76	
	Мука пшеничная		4	4	0,41	0,04	2,75	
	Лук репчатый		9,52	8	0,11		0,73	
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
*	Хлеб ржаной	43			3,3	0,6	17,05	87
	Хлеб ржаной		42,5	42,5	3,3	0,6	17,05	
*	Помидоры соленые	50			0,55		1,9	10
	Помидоры консервированные (целые)		55	50	0,55		1,9	
*А095	Суп с рыбными консервами	200			6,88	6,72	11,47	134
	Консервы рыбные натуральные (горбуша)		32	32	6,69	1,86		
	Картофель		80	56	1,12	0,22	9,13	
	Морковь		16	12,8	0,17	0,01	0,92	
	Лук репчатый		7,62	6,4	0,09		0,58	
	Крупа рисовая		4	4	0,28	0,04	2,86	
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Петрушка (зелень)		1,44	1,4	0,05	0,01	0,11	
*А396/3	Витаминизированный напиток "Кисилек"	180			0,11	0,09	24,31	98
	Концентрат киселя		18	18	0,09		0,68	
	Всего в Обед				32,55	23,96	69,75	625

Всего за день

46,8	36,59	140,29	1 078
-------------	--------------	---------------	--------------

** - Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности.

* - Дежурное блюдо.

(должность)	(подпись)	(ФИО)
(должность)	(подпись)	(ФИО)
(должность)	(подпись)	(ФИО)