Документ подписан
электронной подписью
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Сертификат: 7BA2B843A5F41584E80FFFDBC5FC3228
Владелец: Филатова Наталия Викторовна
Действителен с 13.02.2026 до 09.05.2027

Утверждено приказом заведующего
«МБДОУ «Детский сад № 29»
№ 31-В от 12.01.2026
_____ Н.В. Филатова

Примерное десятидневное меню
МБДОУ «Детский сад № 29»
(длительность пребывания детей 10,5 часов)

2026 год

Утверждено приказом
заведующего «МБДОУ «Детский
сад № 29»
№ от
Н.В. Филатова

Сезон Год

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Меню 2-х недельное на 1 неделю понедельник (1 день)

Категория **1-3 года**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калорий
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
*Ф182/1	**Каша гречневая вязкая молочная**	**150/5/5**			**7,21**	**7,43**	**29,25**	**213**
	Крупа гречневая		18	18	4,49	1,18	22,12	
	Молоко		112,5	112,5	3,15	3,6	5,29	
	Масло сливочное		4,69	4,69	0,03	3,66	0,05	
	Сахар		3	3			4,68	
*ФООI/1	**Бутерброды с маслом**	**30/5**			**2,29**	**7,25**	**9,8**	**114**
	Масло сливочное		5	5	0,06	6,83	0,09	
	Хлеб пшеничный		30	30	2,23	0,42	9,71	
*Ф416/3	**Какао с молоком**	**160**			**3,36**	**2,9**	**13,82**	**95**
	Вода питьевая		69,33	*69,33*				
	Какао-порошок		1	1	0,24	0,18	0,38	
	сахар		6	6			5,99	
	Молоко		120	120	3,36	3,84	5,64	
	Всего в Завтрак				**12,86**	**17,58**	**52,87**	**422**
	Второй завтрак							
*Ф418/9	**Сок**	**130**			**0,65**		**13,13**	**55**
	Сок яблочный		130	130	0,52		14,69	
	Всего во Второй завтрак				**0,65**		**13,13**	**55**
	Обед							
*ФО83/4	**Суп картофельный**	**150**			**1,41**	**1,7**	**9,98**	**61**
	Вода питьевая		105	*105*				
	Картофель		90	67,5	1,35	0,27	11	
	Морковь		7,5	6	0,08	0,01	0,43	
	Лук репчатый		7,2	6	0,08		0,55	
	Масло растительное		1,5	1,5		1,5		
	Соль		3	3				
*Ф143/5	**Капуста тушеная с мясом**	**150**			**17,31**	**16,72**	**10,37**	**261**
	Капуста белокочанная свежая		162,5	130	2,97	0,17	7,76	
	Масло растительное		6	6		5,99		
	Морковь		10	8	0,1	0,01	0,58	
	Лук репчатый		13	11	0,15		1	
	Мука пшеничная		3	3	0,31	0,03	2,06	
	Говядина Ik		60	60	14,88	12,8		
*Ф417/5	**Напиток из смеси ягод**	**150**			**0,48**	**2,84**	**6,36**	**53**
	Вода питьевая		150	*150*				
	Ягоды замороженные		15	15	0,51	3,23		
	Сахар		7	7			6,99	
*004/1	**Хлеб ржаной**	**30**			**1,98**	**0,36**	**10,23**	**52**
	Хлеб ржаной		30	30	1,98	0,36	10,23	
	Всего в Обед	**480**	670,7	609	**22,07**	**23,18**	**38,82**	**452**
	Полдник							
*Ф229/2	**Омлет натуральный**	**90**			**8,26**	**12,62**	**1,48**	**153**
	Яйцо		63,53	63,53	8,07	7,31	0,44	
	Молоко		24,35	24,35	0,68	0,78	1,14	
	Масса омлетной смеси			*87,88*				
	Масса готового омлета			*84,71*				
	Масло сливочное		2,29	2,29	0,04	4,13	0,05	
	Масло растительное		2,12	2,12		2,12		
*Ф411/3	**Чай с сахаром**	**150**			**0,04**	**0,01**	**6,68**	**27**
	Вода питьевая		124,2	*124,2*				
	Сахар		6,69	6,69			6,68	
	Чай высшего или 1-го сорта		0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	
*002/1	**Хлеб пшеничный**	**30**			**2,4**	**0,42**	**10,1**	**54**
	Хлеб пшеничный		30	30	2,56	0,48	11,1	
	Всего в Полдник				**13,49**	**15,53**	**23,64**	**234**
	Всего за день				**49,07**	**56,29**	**128,46**	**1163**

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

* - Дежурное блюдо

Утверждено приказом
заведующего «МБДОУ «Детский
сад № 29»
№_____от_____
_____Н.В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год

Меню 2-х недельное на 1 неделю вторник (2 день)

Категория: **1-3 года**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
*Ф199/4	**Каша "Геркулес" жидкая на молоке**	**150**			**2,71**	**3,92**	**17,12**	**114**
	Крупа "Геркулес"		18	18	2,52	1,42	11,5	
	Молоко		132,14	132,14	3,7	4,22	6,22	
	Сахар		3	3			3,57	
	Масло сливочное		3,57	3,57	0,02	2,78	0,03	
*Ф414/1	**Кофейный напиток с молоком**	**160**			**2,5**	**2,13**	**11,34**	**75**
	Вода питьевая		53,33	53,33				
	Кофейный напиток		1,6	1,6	0,22	0,23	0,25	
	Сахар		7,47	7,47			7,46	
	Молоко		128	128	3,58	4,1	6,02	
*ФООI/1	**Бутерброды с маслом**	**30/5**			**2,29**	**7,25**	**9,8**	**114**
	Масло сливочное		5	5	0,06	6,83	0,09	
	Хлеб пшеничный		30	30	2,23	0,42	9,71	
	Всего в Завтрак	190,5			**7,5**	**13,3**	**38,26**	**303**
	Второй завтрак							
*Ф694/4	**Печенье**	**20**			**1,5**	**2,36**	**4,72**	**46**
	Печенье сахарное		20	20	1,5	2,36	4,72	
*Ф419/3	**Молоко кипяченое**	**130**			**3,97**	**3,54**	**6,57**	**74**
	Молоко		136,93	130	3,64	4,16	6,11	
	Всего в Второй завтрак	150			**5,47**	**5,9**	**11,29**	**120**
	Обед							
*Ф064/1	**Свекольник с мясом**	**150**			**5,44**	**6,29**	**7,43**	**108**
	Вода питьевая		105	*105*				
	Свекла		30,75	24	0,36	0,02	2,18	
	Картофель		40,05	30	0,6	0,12	4,89	
	Морковь		9,45	7,5	0,1	0,01	0,54	
	Лук репчатый		7,2	6	0,08		0,55	
	Масло растительное		3	3		3		
	Говядина Iк		25	25	4,65	4		
	Соль		3	3				
*Ф330/2	**Каша гречневая рассыпчатая (гаонио)**	**110**			**6,31**	**4,47**	**28,34**	**179**
	Вода питьевая		75,79	*75,79*				
	Крупа гречневая		40	40	5,04	1,32	24,84	
	Масло сливочное		3	3	0,03	3	0,04	
*Ф294/4	**Бефстроганов из мяса**	**30/30**			**8,81**	**8,55**	**4**	**128**
	Говядина Iк		60	45	8,37	7,2		
	Масса отварн ого мяса			*30*				
	Морковь		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
	Лук репчатый		11,91	10	0,14		0,91	
	Мука пшеничная		3	3	0,31	0,03	2,06	
	Молоко		15	15	0,42	0,48	0,71	
	Масло растительное		2	2		2		
*Фб94/1	**Компот из смеси сухофруктов**	**'150**			**0,33**	**0,02**	**20,83**	**85**
	Вода питьевая		152,25	*152,25*				
	Смесь сухофруктов		10	10	0,05		2,18	
	Масса вареных сухофруктов			*37,5*				
	Сахар		7	7			11,98	
	Вода питьевая			*152,25*				
*004/1	**Хлеб ржаной**	**30**			**1,98**	**0,36**	**10,23**	**52**
	Хлеб ржаной		30	30	1,98	0,36	10,23	
	Всего в Обед	470,3			**22,54**	**19,67**	**50**	**467**
	Полдник							
*002/1	**Хлеб пшеничный**	**30**			**2,4**	**0,42**	**10,1**	**54**
	Хлеб пшеничный		30	30	2,56	0,48	11,1	
*Ф411/8	**Чай без сахара**	**150**			**0,04**	**0,01**	**0,01**	
	Вода питьевая		124,2	*124,2*				
	Чай высшего или 1-го сорта		0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	
*Ф420	**Молоко сгущеное**	**10**						
	Молоко сгущеное		10	10	0,72	0,85	5,6	33
*Ф251/3	**Запеканка из творога**	**90**			**15,79**	**10,85**	**15,44**	**222**
	Творог		84,42	82,8	13,83	7,45	1,66	
	Крупа манная		10	10	1,03	0,1	6,76	
	Сахар		3,5	3,5			3,49	
	Яйцо		10	10	1,27	1,15	0,07	
	Масло сливочное		3	3	0,03	2,81	0,04	
	Всего в Полдник	280			**18,23**	**11,28**	**32,22**	**303**
	Всего за день				**53,74**	**50,15**	**131,77**	**1193**

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

* - Дежурное блюдо.

Утверждено приказом
заведующего «МБДОУ «Детский
сад № 29»
№ ___ от ___
___ Н.В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню 2-х недельное на 1 неделю четверг (4 день)
Категория: **1-3 лет**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)' брутто**	нетто	Химический состав белки	жиры	углеводы	Калории
*Ф001.1	**Бутерброды с маслом**	**30/5**			**2,29**	**7,25**	**9,8**	**114**
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф413.3	**Чай с молоком**	**160**			**2,83**	**2,49**	**12,06**	**82**
	Вода питьевая		42,67	*42,67*				
	сахар		7,47	7,47			7,45	
	Молоко		98,13	96	2,69	3,07	4,51	
	Чай высшего или 1-го сорта		0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	
*Ф100.3	**Суп молочный с макаронными изделиями**	**150**			**4,31**	**3,91**	**14,13**	**109**
	Вода питьевая		45	*45*				
	Молоко		105	105	2,94	3,36	4,94	
	Макаронные изделия		12	12	1,25	0,13	8,36	
	сахар		3	3			2,99	
	Масло сливочное		1,5	1,5	0,01	1,17	0,02	
	Всего в Завтрак				**9,43**	**13,65**	**35,99**	**305**
	Второй завтрак							
*011.01	**Йогурт**	**100**			**6**	**1,8**	**10,2**	**81**
	Йогурт 3,2% жироности		100	100	5	1,5	8,5	
	Всего в Второй завтрак				**6**	**1,8**	**10,2**	**81**
	Обед							
*004.1	**Хлеб ржаной**	**30**			**1,98**	**0,36**	**10,23**	**52**
	Хлеб ржаной		30	30	1,98	0,36	10,23	
*002.3	**Гренки пшеничные**	**20**			**1,6**	**0,28**	**6,73**	**36**
	Хлеб пшеничный		20	20	1,7	0,32	7,4	
*Ф271.5	**Котлеты рыбные запеченные**	**60**			**12,01**	**6,02**	**7,23**	**131**
	Хлеб пшеничный		11	11	0,94	0,18	4,07	
	Молоко		15	15	0,42	0,48	0,71	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Минтай потрошеный обезглавленный		60	60	9,54	0,54		
	Мука пшеничная		3	3	0,31	0,03	2,06	
	Масло растительное		2	2		2		
	Лук репчатый		13,1	11	0,15		1	
	Яйцо		5	5	0,64	0,58	0,04	
*Ф087.8	**Суп гороховый с курицей**	**150**			**6,47**	**6,2**	**10,88**	**125**
	Вода питьевая		105	*105*				
	Картофель		40,05	30	0,6	0,12	4,89	
	Горох		12	12	2,46	0,24	5,83	
	Лук репчатый		7,2	6	0,08		0,55	
	Морковь		9,6	7,5	0,1	0,01	0,54	
	Масло растительное		3	3		3		
	Курица 1к потрошеная		20	20	3,64	3,68	0,14	
	Соль		3	3				
*Ф390.9	**Компот из свежих яблок**	**150**			**0,12**	**0,12**	**17,91**	**73**
	Вода питьевая		129	*129*				
	Яблоки		34,05	30	0,12	0,12	2,94	
	сахар		8	8			7,98	
*Ф144.5	**Картофель, тушенный в соусе**	**110**			**2,35**	**6,52**	**17,08**	**136**
	Картофель		135,3	101,2	2,02	0,4	16,5	
	Масло растительное		5,5	5,5		5,49		
	Лук репчатый		6,6	5,5	0,08		0,5	
	Морковь		7,7	5,5	0,07	0,01	0,4	
	Всего в Обед				**24,53**	**19,5**	**70,06**	**553**
	Полдник							
*002.1	**Хлеб пшеничный**	**30**			**2,4**	**0,42**	**10,1**	**54**
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф250.3	**Пудинг из творога с рисом**	**90**			**13,26**	**8,95**	**17,04**	**202**
	Творог		68,4	67,5	11,27	6,08	1,35	
	Крупа рисовая		12,6	12,6	0,88	0,13	9	
	сахар		6,3	6,3			6,29	
	Яйцо		5,4	5,4	0,69	0,62	0,04	
	Масло сливочное		2,7	2,7	0,02	2,11	0,03	
	Масса полуфабриката			*106,2*				
	Молоко		20	20	0,56	0,64	0,94	
*Ф 600	**Повидло**	**20**					**18,3**	**45**
*Ф411.8	**Чай без сахара**	**150**			**0,04**	**0,01**	**0,01**	
	Вода питьевая		124,2	*124,2*				
	Чай высшего или 1-го сорта		0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	
	Всего в Полдник	290			**16,51**	**12,31**	**33,01**	**309**
	Всего за день				**56,47**	**47,26**	**149,26**	**1248**

** - Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности
* - Дежурное блюдо

Утверждено приказом
заведующего «МБДОУ «Детский
сад № 29»
№ от
Н.В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню 2-х недельное на 1 неделю среда (3 день)
Категория: **1-3 года**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
*ФООІ /1	**Бутерброды с маслом**	**30 / 5**			**2,29**	**7,25**	**9,8**	**114**
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф416/3	**Какао с молоком**	**160**			**3,36**	**2,9**	**13,82**	**95**
	Вода питьевая		69,33	*69,33*				
	Какао-порошок		1	1	0,24	0,18	0,38	
	Сахар		6	6			5,99	
	Молоко		120	120	3,36	3,84	5,64	
*Ф182/7	**Каша рисовая вязкая молочная**	**150**			**4**	**4,74**	**26,94**	**166**
	Вода питьевая		45,71	*45,71*				
	Крупа рисовая		18	18	1,26	0,18	12,85	
	Масло сливочное		3,57	3,57	0,02	2,79	0,04	
	Сахар		3,57	3,57			3,56	
	Молоко		120	120	3,36	3,84	5,64	
	Всего в Завтрак	340/5			**9,65**	**14,89**	**50,56**	**375**
	Второй завтрак							
*Ф386/8	**Яблоки**	**130**			**0,52**	**0,52**	**12,74**	**57**
	Яблоки		148,2	130	0,52	0,52	12,74	
	Всего в Второй завтрак	130			**0,52**	**0,52**	**12,74**	**57**
	Обед							
*004/1	**Хлеб жа ной**	**30**			**1,98**	**0,36**	**10,23**	**52**
	Хлеб ржаной		30	30	1,98	0,36	10,23	
*Ф095/1	**Суп с рыбными консервами**	**150**			**5,16**	**5,04**	**8,6**	**100**
	Вода питьевая		120	*120*				
	Консер вы рыбные натуральные Іскумбоия)		24	24	5,02	1,39		
	Картофель		55,95	42	0,84	0,17	6,85	
	Морковь		12	9,6	0,12	0,01	0,69	
	Лук репчатый		5,7	4,8	0,07		0,44	
	Крупа рисовая		3	3	0,21	0,03	2,14	
	Масло растительное		2,25	2,25		2,25		
	Соль		3	3				
*Ф335/1	**Макаронные изделия отварные**	**110**			**3,88**	**3,16**	**20,19**	**125**
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Макарон ные изделия		35	35	3,64	0,39	24,4	
*Ф417/3	**Напиток из клюквы**	**150**			**0,48**	**2,84**	**6,36**	**53**
	Вода питьевая		150	*150*				
	Клюква		15	15	0,08		0,57	
	сахар		7	7			6,99	
*Ф327/5	**Суфле куриное**	**55 / 5**			**9,91**	**10,64**	**1,84**	**143**
	Курица Ік полупотрошеная		111,75	99,75	18,15	18,35	0,7	
	Масса вареной мякоти курицы без кожи			*38,25*				
	Яйцо		9,75	9,75	1,24	1,12	0,07	
	Масло сливочное		3,75	3,75	0,03	2,93	0,04	
	Молоко		10,5	10,5	0,29	0,34	0,49	
	Мука пшенич ная		5,25	5,25	0,54	0,06	3,61	
	Масло растительное		1,5	1,5		1,5		
	Всего в Обед	495,5			**21,41**	**22,04**	**47,22**	**473**
	Полдник							
*Ф227	**Яйца вареные**	**1 шт**			**5,08**	**4,6**	**0,28**	**63**
	Яйцо		40	40	5,08	4,6	0,28	
*002/1	**Хлеб пшеничный**	**30**			**2,4**	**0,42**	**10,1**	**54**
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф411/3	**Чай с сахаром**	**150**			**0,04**	**0,01**	**6,68**	**27**
	Вода питьевая		124,2	*124,2*				
	сахар		6,69	6,69			6,67	
	Чай высшего или 1-го сорта		0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	
*ФО46/3	**Вине грет овощной с маслом**	**60**			**0,78**	**3,25**	**4,73**	**51**
	Картофель		40	30	0,6	0,12	4,89	
	Свекла		37,5	30	0,45	0,03	2,73	
	Морковь		25	20	0,26	0,02	1,44	
	Огурцы соленые		24,44	22	0,18	0,02	0,35	
	Лук репчатый		10,74	9	0,13		0,82	
	Масло растительное		3,6	3,6		3,6		
	Горошек зеленый		10,44	9	0,28	0,02	0,59	
	Всего в Полдник				**8,3**	**8,28**	**21,79**	**195**
	Всего за день				**39,88**	**45,73**	**132,31**	**1100**

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

* - Дежурное блюдо

Утверждено приказом
заведующего «МБДОУ «Детский
сад № 29»
№ ____ от _____
_____ Н.В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год

Меню 2-х недельное на 1 неделю пятница (5 день)

Категория: **1-3 лет**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г) брутто**	Количество (г) нетто	Химический состав (г) белки	Химический состав (г) жиры	Химический состав (г) углеводы	Калории
*Ф414/1	**Кофейный напиток с молоком**	**160**			**2,5**	**2,13**	**11,34**	**75**
	Вода питьевая		53,33	53,33				
	Кофейный напиток		1,6	1,6	0,22	0,23	0,24	
	Сахар		7,47	7,47			7,45	
	Молоко		128	128	3,58	4,1	6,02	
*Ф001/1	**Бутерброды с маслом**	**30/5**			**2,29**	**7,25**	**9,8**	**114**
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф191/5	**Каша из смеси круп "Дружба"**	**150**			**7,36**	**7,93**	**31,55**	**227**
	Крупа пшенная		9	9	1,04	0,3	5,99	
	Молоко		120	120	3,36	3,84	5,64	
	Сахар		3,5	3,5			3,49	
	Масло сливочное		4,84	4,84	0,03	3,77	0,05	
	Крупа рисовая		9	9	0,63	0,09	6,43	
	Всего в Завтрак	340/5			**12,15**	**17,31**	**52,69**	**416**
	Второй завтрак							
*Ф418/9	**Сок**	**130**			**0,65**		**13,13**	**55**
	Сок яблочный		130	130	0,52		14,69	
	Всего в Второй завтрак	130			**0,65**		**13,13**	**55**
	Обед							
*004/1	**Хлеб ржаной**	**30**			**1,98**	**0,36**	**10,23**	**52**
	Хлеб ржаной		30	30	1,98	0,36	10,23	
*Ф694/1	**Компот из смеси сухофруктов**	**150**			**0,33**	**0,02**	**20,83**	**85**
	Вода питьевая		152,25	152,25				
	Смесь сухофруктов		10	10	0,03		1,45	
	Масса вареных сухофруктов			37,5				
	Сахар		7	7			6,99	
	Вода питьевая			152,25				
*Ф648/8	**Рагу из овощей с мясом**	**150**			**2,46**	**14,33**	**12,76**	**190**
	Картофель		48,6	36,45	0,73	0,15	5,94	
	Морковь		20,85	16,67	0,22	0,02	1,2	
	Лук репчатый		12,5	12,5	0,18		1,14	
	Капуста белокочанная свежая		108,33	86,67	1,56	0,09	4,07	
	Масло растительное		5,81	5,81		5,8		
	Масса рагу			145,16				
	Масло сливочное		4,84	4,84	0,03	3,77	0,05	
	Говядина 1к		66,67	66,67	12,4	10,67		
*Ф034/1	**Салат из свеклы**	**40**			**0,57**	**2,44**	**3,35**	**37**
	Свекла		48,64	38	0,57	0,04	3,46	
	Масло растительное		2,4	2,4		2,4		
*Ф082/14	**Рассольник ленинградский на м/б со сметаной**	**150**			**1,36**	**3,37**	**9,35**	**73**
	Вода питьевая		112,5	112,5				
	Картофель		60	45	0,9	0,18	7,34	
	Крупа перловая		3	3	0,28	0,03	2	
	Морковь		7,5	6	0,08	0,01	0,43	
	Лук репчатый		3,6	3	0,04		0,27	
	Огурцы соленые		10,05	9	0,07	0,01	0,14	
	Масло растительное		3	3		3		
	Соль		3	3				
	Сметана		5	5	0,08	0,6	0,1	
	Всего в Обед	520			**6,37**	**20,5**	**35,69**	**352**
	Полдник							
*Ф413/3	**Чай с молоком**	**160**			**2,83**	**2,49**	**12,06**	**82**
	Вода питьевая		42,67	42,67				
	Сахар		7,47	7,47			7,45	
	Молоко		98,13	96	2,69	3,07	4,51	
	Чай высшего или 1-го сорта		0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	
*Ф442/3	**Пирог открытый с повидлом**	**90**			**6,13**	**3,48**	**50,41**	**258**
	Вода питьевая		20,7	20,7				
	Мука пшеничная		49,14	49,14	5,06	0,54	33,81	
	Сахар		2,97	2,97			2,96	
	Масло сливочное		2,43	2,43	0,02	1,9	0,02	
	Дрожжи		1	1	0,13	0,03		
	Вода питьевая			20,7				
	Масса теста			77,4				
	Повидло		29,97	27	0,11		17,63	
	Масло растительное		0,27	0,27		0,27		
	Яйцо		5	5	0,64	0,58	0,04	
	Молоко		20	20	0,56	0,64	0,94	
	Всего в Полдник	250			**8,96**	**5,97**	**62,47**	**340**
	Всего за день				**28,13**	**43,78**	**163,98**	**1163**

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

* - Дежурное блюдо

МБДОУ ДС №29

Утверждено приказом
заведующего «МБДОУ «Детский
сад № 29»
№ ____ от ____
____ Н.В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню 2-х недельное на 2 неделю понедельник (6 день)
Категория: **1-3 лет**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г) брутто**	Количество (г) нетто	Химический состав г белки	Химический состав г жиры	Химический состав г углеводы	Калории
*Ф414/1	**Кофейный напиток с молоком**	**160**			**2,5**	**2,13**	**11,34**	**75**
	Вода питьевая		53,33	*53,33*				
	Кофейный напиток		1,6	1,6	0,22	0,23	0,24	
	Сахар		7,47	7,47			7,45	
	Молоко		128	128	3,58	4,1	6,02	
*ФООЇ/1	**Бутерброды с маслом**	**30/5**			**2,29**	**7,25**	**9,8**	**114**
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф190/5	**Каша манная жидкая**	**150**			**4,66**	**5,61**	**23,93**	**165**
	Вода питьевая		31,94	*31,94*				
	Крупа манная		20	20	2,06	0,2	13,52	
	Молоко		100	100	2,8	3,2	4,7	
	Вода питьевая			*31,94*				
	сахар		3,87	3,87			3,86	
	Масса каши			*145,16*				
	Масло сливочное		4	4	0,03	3,12	0,04	
	Всего в Завтрак	340/5			**9,45**	**14,99**	**45,07**	**354**
	Второй завтрак							
*Ф418/9	**Сок**	**130**			**0,65**		**13,13**	**55**
	Сок яблочный		130	130	0,52		14,69	
	Всего в Второй завтрак				**0,65**		**13,13**	**55**
	Обед							
*004/1	**Хлеб ржаной**	**30**			**1,98**	**0,36**	**10,23**	**52**
	Хлеб ржаной		30	30	1,98	0,36	10,23	
*Ф417/3	**Напиток из клюквы**	**150**			**0,48**	**2,84**	**6,36**	**53**
	Вода питьевая		150	*150*				
	Клюква		15	15	0,08		0,57	
	Сахар		7	7			6,99	
*Ф292/3	**Жаркое по-домашнему**	**150**			**17,14**	**14,84**	**16,53**	**268**
	Говядина 1к		65	48	8,93	7,68		
	Картофель		186,67	140	2,8	0,56	22,82	
	Лук репчатый		10,59	8,82	0,12		0,8	
	Масло сливочное		3,53	3,53	0,02	2,75	0,04	
	Морковь		11,03	8,82	0,11	0,01	0,64	
*ФО86/1.0	**Щи из свежей капусты с рыбными консервами**	**150**			**0,35**	**1,36**	**2,84**	**25**
			112,5	*112,5*				
	Вода питьевая		15	15	1,05	0,15	10,71	
	Крупа рисовая		7,5	6	0,08	0,01	0,43	
	Морковь		7,2	6	0,08		0,55	
	Лук репчатый		2	2		2		
	Масло растительное		3	3				
	Соль							
	Всего в Обед				**20,84**	**20,96**	**37,84**	**398**
	Полдник							
*002/1	**Хлеб пшеничный**	**30**			**2,4**	**0,42**	**10,1**	**54**
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф411/3	**Чай с сахаром**	**150**			**0,04**	**0,01**	**6,68**	**27**
	Вода питьевая		124,2	*124,2*				
	Сахар		6,69	6,69			6,67	
	Чай высшего или 1-го сорта		0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	
*Ф234/3	**Омлет с овощами**	**90**			**5,88**	**9,7**	**3,19**	**124**
	Яйцо		41,54	41,54	5,28	4,78	0,29	
	Молоко		20	20	0,56	0,64	0,94	
	Морковь		19,39	15,23	0,2	0,02	1,1	
	Капуста белокочанная свежая		25	20	0,36	0,02	0,94	
	Масло сливочное		4,15	4,15	0,03	3,24	0,04	
	Лук репчатый		11,91	10	0,14		0,91	
	Масло растительное		2,5	2,5		2,5		
	Всего в Полдник				**8,32**	**10,13**	**19,97**	**205**
	Всего за день				**39,26**	**46,08**	**116,01**	**1037**

** Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности

* Дежурное блюдо

МБДОУ ДС№29

Утверждено приказом
заведующего «МБДОУ «Детский
сад № 29»
№ ____ от _____
_____ Н.В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню 2-х недельное на 2 неделю вторник (7 день)
Категория: **1-3 года**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
*Ф001/1	**Бутерброды с маслом**	**30/5**			**2,29**	**7,25**	**9,8**	**114**
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф416/3	**Какао с молоком**	**160**			**3,36**	**2,9**	**13,82**	**95**
	Вода питьевая		69,33	*69,33*				
	Какао-порошок		1	1	0,24	0,18	0,38	
	Сахар		6	6			5,99	
	Молоко		120	120	3,36	3,84	5,64	
*Ф199/4	**Каша "Геркулес" жидкая на молоке**	**150**			**2,71**	**3,92**	**17,12**	**114**
	Крупа "Геркулес"		18	18	1,98	1,12	9,05	
	Молоко		132,14	132,14	3,7	4,23	6,21	
	Сахар		3	3			2,99	
	Масло сливочное		3,57	3,57	0,03	2,79	0,04	
	Всего в Завтрак	340/5			**8,36**	**14,07**	**40,74**	**323**
	Второй завтрак							
*009/1	**Вафли**	**20**			**1,1**	**5,2**	**12,8**	**102**
	Вафли		20	20	0,64	0,56	16,Q2	
*Ф419/3	**Молоко кипяченое**	**130**			**3,97**	**3,54**	**6,57**	**74**
	Молоко		136,93	130	3,64	4,16	6,11	
	Всего в Второй завтрак	150			**5,07**	**8,74**	**19,37**	**176**
	Обед							
*004/1	**Хлеб ржаной**	**30**			**1,98**	**0,36**	**10,23**	**52**
	Хлеб ржаной		30	30	1,98	0,36	10,23	
*Ф694/1	**Компот из смеси сухофруктов**	**150**			**0,33**	**0,02**	**20,83**	**85**
	Вода питьевая		152,25	*152,25*				
	Смесь сухофруктов		10	10	0,03		1,45	
	Масса вареных сухофруктов			*37,5*				
	Сахар		7	7			6,99	
	Вода питьевая			*152,25*				
*Ф091/5	**Суп с мучными клецками**	**150**			**3,31**	**2,46**	**14,31**	**93**
	Вода питьевая		102,27	*102,27*				
	Картофель		36,41	27,27	0,55	0,11	4,45	
	Морковь		6,82	5,46	0,07	0,01	0,39	
	Лук репчатый		6,55	5,46	0,08		0,5	
	Масло растительное		2	2		2		
	Мука пшеничная		15	15	1,55	0,17	10,32	
	Яйцо		10	10	1,27	1,15	0,07	
	Соль		3	3				
*Ф314/4	**Мусака с говядиной и рисом**	**160**			**13,45**	**8,5**	**19,54**	**208**
	Капуста белокочанная свежая		121	96	1,73	0,1	4,51	
	Масса вареной до полуготовн(хти капусты			*89*				
	Говядина 1к		60	60	11,16	9,6		
	Крупа рисовая		12	33	2,31	0,33	23,56	
	Лук репчатый		14,29	12	0,17		1,09	
	Масло сливочное		4	4	0,03	3,12	0,04	
	Масса припущенного лука с			*14*				
	Масса фарша			*96*				
	Масса полуфабриката			*185*				
	Морковь		10	8	0,1	0,01	0,58	
	Всего в Обед	490			**18,74**	**11,32**	**44,08**	**353**
	Полдник							
*002/1	**Хлеб пшеничный**	**30**			**2,4**	**0,42**	**10,1**	**54**
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф 600	**Повидло**	**20**					**18,3**	**45**
	Молоко		10	10	0,28	0,32	0,47	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
*Ф173/3	**Суфле творожное**	**90**			**4,85**	**5,32**	**5,61**	**90**
	Яйцо		9	9	1,14	1,04	0,06	
	Молоко		15	15	0,42	0,48	0,71	
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Крупа манная		8	8	0,82	0,08	5,41	
	Творог		60	60	10,02	5,4	1,2	
	Сахар		2,7	2,7			2,69	
	Масса полуфабриката			*96,2*				
*Ф411/8	**Чай без сахара**	**150**			**0,04**	**0,01**	**0,01**	
	Вода питьевая		124,2	*124,2*				
	Чай высшего или 1-го сорта		0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	
	Всего в Полдник	290			**8,1**	**8,68**	**21,58**	**197**
	Всего за день				**40,27**	**42,81**	**125,77**	**1049**

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

• - Дежурное блюдо

МБДОУ ДС N029

Утверждено приказом
заведующего «МБДОУ «Детский
сад № 29»
№ ___ от ___
___ Н.В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год

Меню 2-х недельное на 2 неделю среда (8 день)

Категория : **1-3 года**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г) брутто**	нетто	Химический состав (г) белки	жиры	углеводы	Калории
*ФОО3/1	**Бутерброды с маслом и сыром**	**45**			**4,73**	**6,88**	**14,56**	**139**
	Сыр		10,8	10	2,6	2,65		
	Масло сливочное		3,5	3,5	0,02	2,73	0,04	
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф414/1	**Кофейный напиток с молоком**	**160**			**2,5**	**2,13**	**11,34**	**75**
	Вода питьевая		53,33	*53,33*				
	Кофейный напиток		1,6	1,6	0,22	0,23	0,24	
	Сахар		7,47	7,47			7,45	
	Молоко		128	128	3,58	4,1	6,02	
*Ф182/8	**Каша пшеничная вязкая молочная**	**150**			**6,9**	**6,08**	**28,57**	**197**
	Крупа пшеничная		18	18	2,07	0,23	11,3	
	Масло сливочное		3,57	3,57	0,02	2,79	0,04	
	Сахар		3,57	3,57			3,56	
	Молоко		114,29	114,29	3,2	3,66	5,37	
	Всего в Завтрак				**14,13**	**15,09**	**54,47**	**411**
	Второй завтрак							
*Ф386/8	**Яблоки**	**130**			**0,52**	**0,52**	**12,74**	**57**
	Яблоки		130	130	0,68	0,68	12,96	
	Всего в Второй завтрак				**0,68**	**0,52**	**16,56**	**57**
	Обед							
*00 4/1	**Хлеб ржаной**	**30**			**1,98**	**0,36**	**10,23**	**52**
	Хлеб ржаной		30	30	1,98	0,36	10,23	
*ФО34/1	**Салат из свеклы**	**40**			**0,57**	**2,44**	**3,35**	**37**
	Свекла		48,64	38	0,57	0,04	3,46	
	Масло растительное		2,4	2,4		2,4		
*Ф166/3	**Запеканка капустная с курицей**	**150**			**21,12**	**28,14**	**18,57**	**412**
	Вода питьевая		15	*15*				
	Капуста белокочанная свежая		130	129	2,32	0,13	6,06	
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Яйцо		8	8	1,02	0,92	0,06	
	Лук репчатый		11,91	10	0,14		0,91	
	Масло растительное		3	3		3		
	Курица Iк полупотрошеная		70	70	12,74	12,88	0,49	
	Молоко		30	30	0,84	0,96	1,41	
*Ф417/3	**Напиток из клюквы**	**150**			**0,48**	**2,84**	**6,36**	**53**
	Вода питьевая		150	*150*				
	Клюква		15	15	0,08		0,57	
	Сахар		7	7			6,99	
*ФО94/1	**Суп-лапша на к/б**	**150**			**1,91**	**2,82**	**12,42**	**83**
	Вода питьевая		142,5	*142,5*				
	Морковь		7,5	6	0,08	0,01	0,43	
	Масло растительное		3	3		3		
	Макаронные изделия		18	18	1,87	0,2	12,55	
	Лук репчатый		7,14	6	0,08		0,55	
	Соль		3	3				
	Всего в Обед				**26,06**	**36,6**	**50,93**	**637**
	Полдник							
*Ф411/8	**Чай без сахара**	**150**			**0,04**	**0,01**	**0,01**	
	Вода питьевая		124,2	*124,2*				
	Чай высшего или 1-го сорта		0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	
*Ф452/3	**Плюшка домашняя**	**90**			**6,46**	**3,96**	**39,85**	**221**
	Вода питьевая		25,65	*25,65*				
	Мука пшеничная		45	45	4,64	0,5	30,96	
	Сахар		5	5			4,99	
	Дрожжи		0,5	0,5	0,06	0,01		
	Молоко		25	25	0,7	0,8	1,18	
	Яйцо		5	5	0,64	0,58	0,04	
	Масло растительное		5	5		5		
	Всего в Полдник				**6,5**	**3,97**	**46,53**	**221**
	Всего за день				**47,33**	**56,3**	**167,61**	**1326**

** - Вес брутто указан по технологичес кой карте без учета сезонности

* - Дежурное блюдо.

МБДОУ ДС №29

Утверждено приказом
заведующего «МБДОУ «Детский
сад № 29»
№ ____от_____
_____Н.В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон : Год

Меню 2-х недельноена 2 неделю четверг (9 день)

Категория: 1-3 лет

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
*Ф003/1	**Бутерброды с маслом и сыром**	**45**			**4,73**	**6,88**	**14,56**	**139**
	Сыр		10,8	10	2,6	2,65		
	Масло сливочное		3,5	3,5	0,02	2,73	0,04	
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф199/б	**Каша пшённая жидкая на молоке**	**150**			**3,28**	**3,5**	**22,33**	**134**
	Крупа пшенная		18	18	2,07	0,59	11,97	
	Масло сливочное		3,57	3,57	0,02	2,79	0,04	
	Сахар		3,57	3,57			3,56	
	Молоко		125,71	125,71	3,52	4,02	5,91	
*Ф413/3	**Чай с молоком**	**160**			**2,83**	**2,49**	**12,06**	**82**
	Вода питьевая		42,67	*42,67*				
	Сахар		7,47	7,47			7,45	
	Молоко		98,13	96	2,69	3,07	4,51	
	Чай высшего или 1-го сорта		0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	
	Всего в Завтрак	355			**10,84**	**12,87**	**48,95**	**355**
	Второй завтрак							
*011/01	**Йогурт**	**100**			**6**	**1,8**	**10,2**	**81**
	Йогурт 3,2% жироности		100	100	5	1,5	8,5	
	Всего в Второй завтрак	100			**6**	**1,8**	**10,2**	**81**
	Обед							
*004/1	**Хлеб ржаной**	**30**			**1,98**	**0,36**	**10,23**	**52**
	Хлеб ржаной		30	30	1,98	0,36	10,23	
*Ф339/1	**Пюре картофельное**	**110**			**2,25**	**3,52**	**14,99**	**101**
	Картофель		160	120	2,4	0,48	19,56	
	Молоко		17,38	16,5	0,46	0,53	0,78	
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
*Ф073/1	**Щи из свежей капусты с мясом**	**150**			**5,39**	**6,26**	**4,94**	**98**
	Вода питьевая		120	*120*				
	Капуста белокочанная свежая		37,5	30	0,54	0,03	1,41	
	Картофель		24	18	0,36	0,07	2,93	
	Морковь		9,45	7,5	0,1	0,01	0,54	
	Лук репчатый		7,2	6	0,08		0,55	
	Масло растительное		2	2		2		
	Говядина Iк		20	20	3,72	3,2		
	Соль		3	3				
*Ф390/9	**Компот из свежих яблок**	**150**			**0,12**	**0,12**	**17,91**	**73**
	Вода питьевая		129	*129*				
	Яблоки		34,05	30	0,12	0,12	2,94	
	сахар		8	8			7,98	
*Ф284/5	**Суфле из рыбы (минтай)**	**60**			**15,75**	**5,36**	**4,3**	**128**
	Минтай потрошеный обезглавленный		90	90	14,31	0,81		
	Масса отварной рыбы			*43*				
	Яйцо		8	8	1,02	0,92	0,06	
	Масло растительное		2	2		2		
	Масса полуфабриката			*69*				
	Масло сливочное		2	2	0,01	1,56	0,02	
	Молоко		20	20	0,56	0,64	0,94	
	Хлеб пшеничный		10	10	0,85	0,16	3,7	
	Всего в Обед	500			**25,49**	**15,62**	**52,37**	**452**
	Полдник							
*002 / 1	**Хлеб пшеничный**	**30**			**2,4**	**0,42**	**10,1**	**54**
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф420	**Молоко сгущеное**	**10**			**0,72**	**0,85**	**5,6**	**33**
	Молоко сгущенное		10	10	0,72	0,85	5,6	
*Ф167/8	**Запеканка морковная**	**90 / 5**			**3,28**	**7,05**	**15,66**	**139**
	Морковь		137,5	110	1,43	0,11	7,92	
	Масло сливочное		3,29	3,29	0,02	2,56	0,03	
	Молоко		17,14	17,14	0,48	0,55	0,81	
	Масса припущенной моркови			*85,71*				
	Крупа манная		8,57	8,57	0,88	0,09	5,79	
	Яйцо		5	5	0,64	0,58	0,04	
	Сахар		2,57	2,57			2,57	
	Масса готовой запеканки			*85,71*				
*Ф411/8	**Чай без сахара**	**150**			**0,04**	**0,01**	**0,01**	
	Вода питьевая		124,2	*124,2*				
	Чай высшего или 1-го сорта		0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	
	Всего в Полдник	280/5			**6,44**	**8,33**	**31,37**	**226**
	Всего за день				**48,77**	**38,62**	**142,89**	**1 114**

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

* - Дежурное блюдо.

Утверждено приказом
заведующего «МБДОУ «Детский
сад № 29»
№ от
Н.В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон Год

Меню 2-х недельное на 2 неделю пятница (10 день)

Код блюда	Наименование блюда и продуктов Категория: **1-3 лет**	Выход блюда	Количество (г) брутто**	Количество (г) нетто	Химический состав (г) белки	жиры	углеводы	Калории
*ФООЛ/1	**Бутерброды с маслом**	**30/5**			**2,29**	**7,25**	**9,8**	**114**
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Хлеб пшеничный		30	30	2,55	0,48	11,1	
*Ф416/3	**Какао с молоком**	**160**			**3,36**	**2,9**	**13,82**	**95**
	Вода питьевая		69,33	*69,33*				
	Какао-порошок		1	1	0,24	0,18	0,38	
	Сахар		6	6			5,99	
	Молоко		120	120	3,36	3,84	5,64	
*Ф191/7	**Каша из смеси двух круп**	**150/5**			**5,01**	**7,09**	**14,46**	**142**
	Крупа гречневая		7,74	7,74	0,98	0,26	4,81	
	Крупа "Геркулес"		13,55	13,55	1,49	0,84	6,81	
	Молоко		100,65	100,65	2,82	3,22	4,73	
	сахар		3,5	3,5			3,49	
	Масло сливочное		4,84	4,84	0,03	3,77	0,05	
	Всего в Завтрак				**10,66**	**17,24**	**38,08**	**351**
	Второй завтрак							
*Ф418/9	**Сок**	**130**			**0,65**		**13,13**	**55**
	Сок яблочный		130	130	0,52		14,69	
	Всего в Второй завтрак				**0,65**		**13,13**	**55**
	Обед							
*004/1	**Хлеб ржаной**	**30**			**1,98**	**0,36**	**10,23**	**52**
	Хлеб ржаной		30	30	1,98	0,36	10,23	
*Ф694/1	**Компот из смеси сухофруктов**	**150**			**0,33**	**0,02**	**20,83**	**85**
	Вода питьевая		152,25	*152,25*				
	Смесь сухофруктов		10	10	0,03		1,45	
	Масса вареных сухофруктов			*37,5*				
	Сахар		7	7			6,99	
	Вода питьевая			*152,25*				
*Ф321/5	**Плов из птицы**	**60/100**			**15**	**13,86**	**25,09**	**285**
	Курица 1к полупотрошеная		55	40	7,28	7,36	0,28	
	Масса отварной птицы			*56,25*				
	Масло сливочное		3	3	0,02	2,34	0,03	
	Морковь		15	12,19	0,16	0,01	0,88	
	Лук репчатый		7,5	6,56	0,09		0,6	
	Крупа рисовая		30	30	2,1	0,3	21,42	
	Масса готового риса с овощами			*93,75*				
*Ф063/4	**Борщ со сметаной**	**150**			**1,03**	**3,34**	**5,37**	**56**
	Вода питьевая		120	*120*				
	Свекла		30	24	0,36	0,02	2,18	
	Капуста белокочанная свежая		31,25	25	0,45	0,03	1,18	
	Картофель		26,67	20	0,4	0,08	3,26	
	Морковь		9,45	7,5	0,1	0,01	0,54	
	Лук репчатый		7,2	6	0,08		0,55	
	Масло растительное		3	3		3		
	Соль		3	3				
	Сметана		3,5	3,5	0,1	0,7	0,11	
	Всего в Обед				**18,34**	**17,56**	**61,52**	**478**
	Полдник							
*Ф413/3	**Чай с молоком**	**160**			**2,83**	**2,49**	**12,06**	**82**
	Вода питьевая		42,67	*42,67*				
	Сахар		7,47	7,47			7,45	
	Молоко		98,13	96	2,69	3,07	4,51	
	Чай высшего или 1-го сорта		0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	
*Ф441/5	**Ватрушка с творогом**	**90**			**7,24**	**4,21**	**9,5G**	**105**
	Мука пшеничная		45	45	4,64	0,5	30,96	
	Масло растительное		4	4		4		
	Молоко		25	25	0,7	0,8	1,18	
	Яйцо		10	10	1,27	1,15	0,07	
	Сахар		7	7			6,99	
	Дрожжи		0,5	0,5	0,06	0,01		
	Творог		40	40	6,68	3,6	0,8	
	Всего в Полдник				**10,07**	**6,7**	**21,62**	**187**
					39,96	**43,94**	**116,87**	**1071**

Всего за день

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

* - Дежурное блюдо

Всего за 10 дней	**482,84**	**470,96**	**1374,93**	**11464**

Утверждено приказом заведующего
«МБДОУ Детский сад №29»
№_____ от_____
_____Филатовой Н.В.

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню 2-х недельное на 1 неделю понедельник (1 день)
Категория: **3-7 лет**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			Брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак:							
*Ф182/1	**Каша гречневая вязкая молочная**	**150/5/5**			**7,21**	**7,43**	**29,25**	**213**
	Крупа гречневая		18	18	4,49	1,18	22,12	
	Молоко		112,5	112,5	3,15	3,6	5,29	
	Масло сливочное		4,69	4,69	0,03	3,66	0,05	
	Сахар		3	3			4,68	
*Ф416/3	**Какао с молоком**	**160**			**3,36**	**2,9**	**13,82**	**95**
	Вода питьевая		69,33	69,33				
	Какао-порошок		1	1	0,24	0,18	0,38	
	Сахар		6	6			5,99	
	Молоко		120	120	3,36	3,84	5,64	
*Ф001/1	**Бутерброд с маслом**	**30/5**			**2,29**	**7,52**	**9,8**	**114**
	Хлеб пшеничный		30	30	2,23	0,42	9,71	
	Масло сливочное		5	5	0,06	6,83	0,09	
	Всего в завтрак				**12,86**	**17,58**	**52,87**	**422**
	Второй завтрак							
*Ф418/9	**Сок яблочный**	**130**			**0,65**		**13,13**	**55**
			130	130	0,52		14,69	
	Всего во второй завтрак				**0,65**		**13,13**	**55**
	Обед							
*ф083/4	**Суп картофельный**	**150**			**1,41**	**1,7**	**9,98**	**61**
	Вода питьевая		105	105				
	Картофель		90	67,5	1,35	0,27	11	
	Морковь		7,5	6	0,08	0,01	0,43	
	Лук репчатый		7,2	6	0,08		0,55	
	Масло растительное		1,5	1,5		1,5		
	Соль		3	3				
*ф143/5	**Капуста тушенная с мясом**	**150**			**20,77**	**20,06**	**12,44**	**313**
	Капуста белокочанная свежая		195	156	3,56	0,2	9,31	
	Масло растительное		7,2	7,2		7,19		
	Морковь		12	9,6	0,12	0,01	0,7	
	Лук репчатый		15,6	13,2	0,18		1,2	
	Мука пшеничная		3,6	3,6	0,37	0,04	2,47	
	Говядина 1к		80	80	17,86	15,36		
	Салат из свеклы	**50**			**0,71**	**3,05**	**4,19**	**46**
	Свекла		47,5	47,5				
	Масло растительное		3	3				
	Напиток из клубники(замороженных ягод)	**180**			0,48	2,84	6,36	**64**
*ф417/5	Вода питевая							
	Клубника		180	180				
	Сахар		18	18	0,61	3,88		
			8,4	8,4			8,39	
*004/1	**Хлеб ржаной**	**40**	30	30	**1,98**	**0,36**	**10,23**	**70**
	Всего в обед				**22,07**	**23,18**	**38,82**	**566**
	Полдник:							
*Ф229/2	**Омлет натуральный**	**100**			**8,69**	**13,68**	**2,26**	**167**
	Яйцо		63,16	63,16	8,02	7,26	0,44	
	Молоко		42,11	42,11	1,18	1,35	1,98	
	Масса омлетной смеси			97,65				
	Масса готового омлета			94,12				
	Масло сливочное		3,88	3,88	0,04	4,59	0,06	
	Масло растительное		2,35	2,35		2,35		
*Ф	Чай с сахаром	**180**	8,5	8,5	0,06	0,02	9,46	38
	Вода питьевая		142,105	142,105				
	Чай высшего или 1 сорта		0,3	0,3				
	Сахар							
*Ф002/1	Хлеб пшеничный	**40**			**2,4**	**0,42**	**10,1**	**72**
			30	30	2,56	0,48	11,1	
	Всего в полдник				**13,49**	**15,53**	**23,64**	**277**
	Всего за день				**49,07**	**56,29**	**128,46**	**1320**

*- Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности

* - дежурное блюдо

Утверждено приказом заведующего
«МБДОУ Детский сад №29»
№ ____ от ____
____ Филатовой Н.В.

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: год

Меню 2-х недельное на 1 неделю вторник (2 день)
Категория: **3-7 лет**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г) брутто**	Количество (г) нетто	Химический состав (г) Белки	Жиры	Углеводы	Калории
*Ф199/3	**Каша "Геркулес" жидкая на молоке**	**180**			**3,25,**	**.4.,7**	**20,55**	**137**
	Крупа "Геркулес"		20	20	2,2	1,24	10,06	
	Молоко		150	150	4,2	4,8	7,05	
	Сахар		4	4			3,99	
	Масло сливочное		4,29	4,29	0,03	3,34	0,04	
*Ф414/2	**Кофейный напиток с молоком**	**180**			**2,85**	**2,41**	**14, 36**	**91**
	Вода питьевая		50	50				
	Кофейный напиток		2	1	0,28	0,29	0,1	
	Сахар		9	9			8,98	
	Молоко		135	135	3,78	4,32	6,35	
*ФООI/2	**Бутерброды с маслом**	**40 / 5**			**2,76**	**8,49**	**16,45**	**153**
	Масло сливочное		5	5	0,04	4,39	0,06	
	Хлеб пшеничный		40	40	3,83	0,72	16,65	
	Всего в Завтрак				**8,86**	**15,6**	**51,30**	**381**
	Второй завтрак							
*Ф419/1	**Молоко кипяченое**	**150**			**4,58**	**4,08**	**7,58**	**85**
	Молоко		158	150	4,2	4,8	7,05	
*Ф694/5	**Печенье**	**30**			**2,25**	**3,54**	**7,08**	**69**
	Печенье сахарное		30	30	2,25	3,54	7,08	
	Всего в Второй завтрак				**6,83**	**7,62**	**14,66**	**154**
	Обед							
*Ф064/2	**Свекольник с мясом**	**180**			**6,53**	**7, 55**	**8,92**	**130**
	Вода питьевая		126	126				
	Свекла		36,9	28,8	0,43	0,03	2,62	
	Картофель		48,06	36	0,72	0,14	5,87	
	Морковь		11,34	9	0,12	0,09	0,65	
	Лук репчатый		8,64	7,2	0,1		0,66	
	Масло растительное		3,6	3,6		3,6		
	Говядина 1к		30	30	5,58	4,8		
	Соль		5	5				
*Ф330/3	**каша гречневая рассыпчатая fr аонио)**	**130**			**7,45**	**5,28**	**33,49**	**211**
	Вода питьевая		89,57	89,57				
	Крупа гречневая		50	50	7,57	1,98	37,1	
	Масло сливочное		4,55	4,55	0,03	3,55	0,05	
*Ф294/5	**Бефстроганов из мяса**	**40 / 40**			**12,6**	**14, 08**	**5,83**	**200**
	Говядина 1к		80	60	12,03	10,35		
	Масса отварного няса			40				
	Морковь		16,25	13	0,17	0,01	0,94	
	Лук репчатый		15,48	13	0,18		1,18	
	Мука пшеничная		5	5	0,52	0,06	3,44	
	Масло растительное		4	4		5		
	Молоко		18	18	0,5	0,58	0,85	
*Ф694/2	**Компот из смеси сухофруктов**	**180**			**0,4**	**0,02**	**24,99**	**102**
	Вода питьевая		182,7	182,7				
	Смесь сухофруктов		13	13	0,05		2,6	
	Масса вареных сухофруктов			45				
	Сахар		9	9			14,37	
	Вода питьевая			182,7				
*004/2	**Хлеб ржаной**	**40**			**2,64**	**0,48**	**13,64**	**70**
	Хлеб ржаной		40	40	2,64	0,48	13,64	
	Всего в Обед				**29,22**	**27,39**	**61,88**	**611**
	Полдник							
*Ф411/5	**Чай без сахаром**	**180**			**0,06**	**0,02**	**9,46**	**38**
	Вода питьевая		142,1	142,1				
	Чай высшего или 1-го сорта		0,3	0,3	0,06	0,02	0,0	
	Хлеб пшеничный				**3,2**	**0,56**	**13,47**	
*002/2	Хлеб пшеничный	**40**	40	40	3,41	0,64	14,8	**72**
	Молоко сгущеное							
*Ф420/10	Молоко сгущеное	**13**	13	13	0,94	1,11	7,28	
	Запеканка из творога				**17 ,54**	**12,06**	**17 ,16**	43
*Ф251/4	Творог	**100**	93,8	92	15,37	8,28	1,84	**247**
	Крупа манная		11,11	11,11	1,14	0,1	7,53	
	Сахар		3,89	3,89			3,88	
	Яйцо		11,11	11,11	1,41	1,28	0,08	
	Масло сливочное		4	4	0,03	3,12	0,04	
	Всего в Полдник				**20,8**	**12,64**	**40 ,09**	**357**
	Всего за день				**65,71**	**63,25**	**167,99**	**1 503**

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

Утверждено приказом заведующего
«МБДОУ Детский сад №29»
_____ Филатовой Н.В.

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню 2-х недельное на 1 неделю среда (3 день)
Категория: **3-7лет**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			Брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак:							
*Ф182/9	**Каша рисовая вязкая молочная**	**180**			**4,8**	**5,69**	**32,33**	**199**
	Вода питьевая							
	Крупа рисовая		54,86	54,86				
	Молоко		21,6	21,6	1,51	0,22	15,42	
	Масло сливочное		144	144	4,03	4,61	6,77	
	Сахар		4,29	4,29	0,03	3,34	0,04	
	Какао с молоком		4,29	4,29			4,28	
*Ф416/2	*Вода питьевая*	**180**			**3,67**	**3,19**	**15,82**	**107**
	Какао-порошок		80	80				
	Сахар		1,5	1,5	0,36	0,26	0,57	
	Молоко		8	8			7,98	
			135	135	3,78	4,32	6,35	
	Бутерброд с маслом							
*Ф001/2	Хлеб пшеничный	**40/5**			**2,76**	**8,49**	**16,45**	**153**
	Масло сливочное		40	40	3,4	0,64	14,8	
			5	5	0,04	3,9	0,05	
	Всего в завтрак				**7,5**	**13,3**	**38,26**	**375**
	Второй завтрак							
*Ф386/7	**Яблоки**	**160**			**0,64**	**0,64**	**15,68**	**70**
	Яблоки		182,4	160	0,64	0,64	15,68	
	Всего во второй завтрак				**0,64**	**0,64**	**15,68**	**70**
	Обед							
*Ф095/2	**Суп с рыбными консервами**	**180**			**6,19**	**6,05**	**10,32**	**120**
	Вода питьевая							
	Консервы рыбные натуральные(скумбрия)		144	144				
	Картофель							
	Морковь		28,8	28,8	6,02	1,67		
	Лук репчатый		67,14	50,4	1,01	0,2	8,22	
	Крупа рисовая		14,4	11,52	0,15	0,01	0,83	
	Масло растительное		6,84	5,76	0,08		0,52	
	Соль		3,6	3,6	0,25	0,04	2,57	
			2,7	2,7		2,7		
			5	5				
	Макаронные изделия отварные				**4,59**	**3,73**	**23,86**	**148**
*Ф335/2	Масло сливочное	**130**						
	Макаронные изделия		3	3	0,02	2,34	0,03	
			40	40	4,16	0,44	27,88	
	Суфле куриное	**73/5**			**13,21**	**14,19**	**2,45**	**190**
*Ф327/2	Курица 1к		149	133	24,21	24,47	0,93	
	полупотрошённая							
	Мясо вареной мякоти курицы			51				
	Без кожи							
	Яйцо							
	Масло сливочное		13	13	1,65	1,5	0,09	
	Молоко		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Мука пшеничная		14	14	0,39	0,45	0,66	
	Масло растительное		7	7	0,72	0,08	4,82	
			2	2		2		
	Напиток из клубники (замороженной)	**180**			0,58	3,41	7,63	**64**
*Ф	Вода питьевая		180	180				
	Клубника		18	18	0,09		0,68	
	Сахар		8,4	8,5		3,23	8,38	
*004/2	**Хлеб ржаной**	**40**	40	40	**2,64**	**0,48**	**13,64**	**70**
	Всего в обед				**27,21**	**27,86**	**57,9**	**592**
	Полдник:							
*Ф227	Яйца вареные	**1 шт.**			**5,08**	**4,6**	**0,28**	**63**
	Яйцо		40	40	5,08	4,6	0,28	
	Винегрет овощной с маслом	**80**			**1,04**	**4,33**	**6,31**	**68**
	Картофель							
	Свекла		53,33	40	0,8	0,16	6,52	
	Морковь		50	40	0,6	0,04	3,64	
	Огурцы соленые		33,33	26,67	0,35	0,03	1,92	
	Лук репчатый		31,11	28	0,22	0,03	0,45	
	Масло растительное		14,32	12	0,17		1,09	
	Горошек зеленый консервированный		4,8	4,8		4,8		
			15,8	13	0,4	0,03	0,85	
	Чай с сахаром	**180**			**0,06**	**0,02**	**9,46**	**38**
*Ф411/5	Вода питьевая		142,1	142,1				
	Сахар		8,5	8,5			8,48	
	Чай высшего или 1 сорта		0,3	0,3	0,06	0,02	0,01	
*002/2	**Хлеб пшеничный**	**40**			**3,2**	**0,56**	**13,47**	**72**
			40	40	3,4	0,64	14,8	
	Всего в полдник				**9,38**	**9,51**	**29,52**	**241**
	Всего за день				**48,46**	**55,38**	**167,7**	**1362**

*- Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности

Утверждено приказом заведующего
«МБДОУ Детский сад №29»
№ ____ от ____
_____ Филатовой Н.В.

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню 2-х недельное на 1 неделю четверг (4 день)
Категория: **3-7лет**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			Брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Завтрак:							
*Ф100/4	**Суп молочный с макаронными изделиями**	**180**			**5,18**	**4,69**	**16,95**	**131**
	Вода питьевая							
	Молоко		54	54				
	Макаронные изделия		126	126	3,53	4,03	5,92	
	Сахар		14,4	14,4	1,5	0,16	10,04	
	Масло сливочное		4	4			3,99	
			1,8	1,8	0,01	1,4	0,02	
	Чай с молоком							
*Ф413/2	*Вода питьевая*	**180**			2,67	2,34	14,31	**89**
	Сахар		60	60				
	Молоко		9	9			8,98	
	Чай высшего или 1 сорта		92	90	2,52	2,88	4,23	
	Бутерброд с маслом		0,3	0,3	0,06	0,02	0,01	
*Ф001/2	Хлеб пшеничный	**40/5**			**2,76**	**8,49**	**16,45**	**153**
	Масло сливочное		40	40	3,4	0,64	14,8	
			5	5	0,04	3,9	0,05	
	Всего в завтрак				**9,43**	**13,65**	**35,99**	**305**
	Второй завтрак							
*011/02	**Йогурт**	**130**			**7,8**	**2,34**	**13,26**	**105**
	Йогурт 3,2% жирности		130	130	6,5	1,95	11,05	
	Всего во второй завтрак				**7,8**	**2,34**	**13,26**	**105**
	Обед							
*Ф087/9	**Суп гороховый с курицей**	**180**			**7,76**	**7,44**	**13,06**	**150**
	Вода питьевая		126	126				
	Картофель		48,06	36	0,72	0,14	5,87	
	Горох		14,4	14,4	2,95	0,29	7	
	Лук репчатый		8,64	7,2	0,1		0,66	
	Морковь		11,52	9	0,12	0,01	0,65	
	Масло растительное		3,6	3,6		3,6		
	Курица 1к полупотрашенная		24	24	4,37	4,42	0,17	
	Соль		5	5				
	Картофель, тушенный в соусе	**130**			**2,78**	**7,71**	**20,19**	**161**
	Картофель							
*Ф144/6	Масло растительное		159,9	119,6	2,39	0,48	19,49	
	Лук репчатый		6,5	6,5		6,49		
	Морковь		7,8	6,5	0,09		0,59	
			9,1	6,5	0,08	0,01	0,47	
	Котлеты рыбные запеченные	**80**			**16,01**	**8,03**	**9,64**	**175**
	Хлеб пшеничный							
*Ф271/6	Молоко		14,67	14,67	1,25	0,23	5,43	
	Масло сливочное		20	20	0,56	0,64	0,94	
	Минтай потрашенный		2	2	0,01	1,56	0,02	
	обезглавленный		80	80	12,72	0,72		
	Мука пшеничная							
	Масло растительное		4	4	0,41	0,04	2,75	
	Лук репчатый		2	2		2		
	Яйцо		17,46	14,67	0,21		1,33	
			5	5	0,64	0,58	0,04	
	Компот из свежих яблок	**180**			0,14	0,14	21,49	**88**
	Вода питьевая		154,8	154,8				
*Ф390/8	Яблоки		40,86	36	0,14	0,14	3,53	
	Сахар		9,6	9,6			9,58	
	Хлеб ржаной	**40**	40	40	**2,64**	**0,48**	**13,64**	**70**
*004/2								
*002/4	**Гренки пшеничные**	**25**			**2**	**0,35**	**8,41**	**45**
	Хлеб пшеничный		25	25	2,13	0,4	9,25	
	Всего в обед				**31,33**	**24,15**	**86,43**	**689**

МБДОУ ДС №29

Утверждено приказом заведующего
МБДОУ Детский сад № 29
№ _____ от _____
_____ Н. В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню: 2 х карельние на 1 неделю питныха (5 день)
Категория: 3-7 лет

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (гг) брутто**	нетто	Химической состав (г) Вежий	желки	этепеных	Калории
*6414/2	**Кофейный напиток с молоком**	**180**			**2,85**	**2,45**	**14,36**	**91**
	Вода питьевая		50	50				
	Кофейный нититея		2	2	0,28	0,28	0,3	
	Сахар		5	9			8,98	
	Молоко		135	135	3,76	4,32	6,35	
*0001/2	**Кутерброды с маслом**	**40/5**			**2,76**	**8,49**	**16,45**	**153**
	Масто сливооное		5	5	0,99	3,3	0,64	
	Кисл пшеничное		40	40	3,4	0,94	0,64	
*0191/6	**Каша из смеси круп "Друмба"**	**140**			**4,43**	**9,52**	**37,88**	**272**
	Крупа пшенная		10,8	10,8	1,24	0,36	7,18	
	Молоко		144	144	4,03	4,01	6,77	
	Сахар		4,2	4,2			0,16	
	Масто сливооное		5,81	5,81	0,04	4,33	0,06	
	Ковпа пилавко		10,8	10,8	0,36	0,12	7,71	
	Всего в Заетрак				**14,44**	**20,81**	**68,82**	**516**
	Второй заетрак							
*0418/3	**Сок**	**150**			**0,75**		**16,15**	**64**
	Сок облонный		150	150	0,6		16,95	
	Всего в Второй мтатрак				**0,75**		**15,14**	**64**
	Обед							
*004/2	**Хлей ржаной**	**40**			**2,64**	**0,48**	**13,64**	**70**
	Хлеб ржаный		40	40	2,44	0,04	12,14	
*6694/2	**Компот на смеси сухофруктов**	**180**			**0,4**	**0,02**	**24,99**	**102**
	Вода питьевая		182,7	*182,7*				
	Сахар грозфруктов		13	13	0,04		1,89	
	Масса жареных сухофруктов			47				
	Сахаа		5	5			8,98	
	Вода питьевая			*182,7*				
*0648/9	**Рагу из ввощей с мисом**	**180**			**2,95**	**17,3**	**15,31**	**228**
	Картофель		75,66	56,74	1,13	0,13	0,23	
	Маркоке		25	13	0,36	0,03	1,37	
	Лук репнатый		15	15	0,21		1,37	
	Капэста бетокочинная свежая		175,35	155	1,89	0,11	4,94	
	Масто растительное		0,57	0,55		0,89		
	Масса рогу			*174,19*				
	Масло скявочное		8,81	3,81	0,34	4,33	0,96	
	Говддина 1с		80	80	14,88	12,8		
*0034/2	**Салат из свеклы**	**50**			**0,71**	**3,05**	**4,16**	**46**
	Сакала		80,0	47,5	0,71	0,05	4,32	
	Масло растительное		5	5		2		
*0082/15	**Рассольник ленинградский на м75 со настенов**	**180**			**1,68**	**4,28**	**11,66**	**90**
	Вода питьевая		135	135				
	Картофель		27	34	1,08	0,62	8,8	
	Крупа перкавай		3,6	3,6	0,63	0,84	2,39	
	Морнока		5	7,2	0,04	0,01	0,33	
	Лук репнатый		4,32	3,6	0,39		0,33	
	Отурых соленые		12,06	10,8	0,09	0,01	0,07	
	Масло растительное		3,6	3,6		3,6		
	Соль		5	5				
	Сметана		5	7	0,14	1	0,16	
	Всего в Обед				**7,98**	**25,02**	**44,4**	**434**
	Полдник							
*0413/2	**Чай с молоком**	**160**			**2,67**	**2,64**	**14,31**	**89**
	Вода питьевая		60	60				
	Сахар		9	9			8,98	
	Молоко		37	90	2,52	2,86	8,02	
	Чай высшего или 1-го сорта		0,3	0,3	0,06	0,06	0,01	
*0442/1	**Пирог открытый с повидним**	**100**			**6,93**	**4,03**	**56,33**	**283**
	Вода питьевая		23	23				
	Мука пшеничная		54,6	54,6	5,62	5,6	37,56	
	Сакар		3,3	3,3			3,29	
	Масто сливенное		2,7	2,2	0,02	2,11	0,03	
	Дрожки		1	1	0,13	0,84		
	Вода питьевая			23				
	Маста теста			86				
	Повидло		33,3	30	5,62		19,59	
	Водле растительное		6,3	6,7		0,2		
	ЯАцо		3	3	0,54	0,54	0,04	
	Молоко		30	30	0,54	0,84	0,86	
	Всего в Полдник				**9,9**	**8,87**	**70,68**	**376**
	Всего за день				**32,77**	**31,81**	**198,88**	**1 392**

** - Вес брусто указоп по технологический карте без учета сезонности.
* - Дежтуные блацо.

МБДОУ ДС №929

Утверждено приказом заведующего
МБДОУ Детский сад №29
№ ___ от ___
Н. В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню 2-х недельное на 2 неделю понедельник (6 день)
Категория: **3-7 лет**

Код Блюда	Компонование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
*Ф414/2	**Кофейный напиток с молоком**	**180**			**2,85**	**2,41**	**14,16**	**91**
	Вода питьевая		50	50				
	Кофейный напиток		2	2	0,29	0,29	0,5	
	Сахар		9	9			8,98	
	Молоко		135	135	3,78	4,33	6,35	
*0601/2	**Бутерброды с маслом**	**40/5**			**3,78**	**8,49**	**16,45**	**153**
	Масло сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Злеб пшеничный		40	40	3,4	0,63	14,6	
*Ф190/6	**Куша менная мидкая**	**180**			**5,59**	**6,73**	**16,72**	**198**
	Вода питьевая		38,32	38,32				
	Крупа манная		24	24	2,47	0,34	16,22	
	Молоко		120	120	3,36	3,84	5,84	
	Вода питьевая			*35,22*				
	Сахар		4,64	4,64			4,64	
	Масса каши			*174,14*				
	Масло сливооное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Всего в Завтрак				**11,2**	**17,63**	**59,53**	**442**
	Второй завтрак							
*Ф418/3	**Сок**	**150**			**0,75**		**15,15**	**64**
	Сок вбленный		150	150	0,5		16,95	
	Всего в Второй завтрак				**0,75**		**15,15**	**64**
	Обед							
*004/2	**Хлеб ржаний**	**40**			**2,64**	**0,48**	**13,64**	**70**
	Хлеб ржаной		40	40	2,44	0,48	13,64	
	Санат на горошка зеленого				**2,19**	**2,08**	**2,5**	**33**
*Ф417/4	**Напиток на клюовы**	**180**			**0,58**	**5,41**	**7,63**	**64**
	Вода питьевая		180	180				
	Клювва		18	18	0,69		0,68	
	Сакар		8,4	8,4			8,38	
*Ф992/4	**Жарнок по домашнему**	**180**			**20,57**	**17,81**	**19,84**	**922**
	Говвдина 1х		80	67	12,46	10,79		
	Картофель		214	159	3,36	0,67	27,36	
	Лух репчатый		12,71	10,59	0,15		0,96	
	Масло сливовное		4,24	4,24	0,03	3,3	0,04	
	Морксвь		13,24	10,14	0,14	0,01	0,76	
*Ф086/11	**Щи из свежей капусты с рыбными сонсервами**	**180**			**8,42**	**1,63**	**3,41**	**30**
	Вода питьевая		135	135				
	Круна ритовая		18	18	1,26	0,28	12,85	
	Морковь		9	7,2	0,99	0,01	0,52	
	Лук репнатый		8,64	7,2	0,1		0,66	
	Масло растительное		2,4	2,4		2,4		
	Соль		5	5				
	Всего в Обед				**25,4**	**25,41**	**47,02**	**519**
	Полдник							
*Ф411/5	**Чай с сахаром**	**180**			**0,06**	**0,02**	**9,46**	**38**
	Вода питьевая		142,1	142,1				
	Сахар		8,5	8,5			8,48	
	Чай выщего или 1-го сорта		0,3	0,3	0,03	0,02	0,01	
*002/2	**Клеб пшеничный**	**40**			**3,2**	**0,56**	**13,47**	**73**
	Хлей пшеничный		40	40	3,4	0,34	14,4	
*Ф234/4	**Омлет с овощаим**	**100**			**5,86**	**10,78**	**3,34**	**138**
	Хмда		46,15	46,15	5,86	5,31	0,31	
	Молоко		22,22	22,22	0,62	0,31	1,04	
	Морковь		21,54	16,92	0,62	0,02	1,22	
	Капуста белскочанная свежая		27,78	26,22	0,4	0,02	1,04	
	Масло сливоиное		4,62	4,62	0,03	3,6	0,02	
	Лук репнатый		13,23	11,11	0,16		1,76	
	Масло растительное		2,78	2,78		2,78		
	Всего в Полдник				**9,79**	**17,39**	**26,47**	**248**
	Всего за день				**47,14**	**54,4**	**148,17**	**1 273**

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

Утверждено приказом заведующего
МБДОУ Детский сад №29
№ _____ от _____
_____ Н. В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню: 2-х недельное на 2 неделю вторник (7 день)
Категорик: **3-7 мет**

Код блюда	Мененивание блюда и продуетов	Выход блюда	Количество (г)		Хитический бисди (г)			Калории
			брутто**	нетто	белки	жилки	углерикы	
*8416/2	**Какао с малоком**	**180**			**3,67**	**3,67**	**15,82**	**187**
	Вада литьевая		80	80				
	Какао пирошок		1,5	1,5	0,25	0,26	0,27	
	Сакар		8	8			7,98	
	Молоко		135	130	3,76	4,31	6,26	
*0001/2	**Вутерброды с маслом**	**40/5**			**3,76**	**8,49**	**16,45**	**153**
	Масло сливочное		5	5	0,34	3,9	0,35	
	Клеб полочичный		40	40	3,9	0,94	14,6	
*0102/3	**Крыа "Геркупкс" жидкая на молоко**	**180**			**3,25**	**4,7**	**20,55**	**137**
	Круна "Тераупес"		20	20	2,0	1,24	10,06	
	Молоко		150	150	4,3	4,8	7,85	
	Сахар		4	4			3,99	
	Масла сливочное		4,29	4,29	0,03	3,34	0,04	
	Всего в Завтрак				**9,68**	**16,58**	**52,82**	**397**
	Второй завтрак							
*0413/1	**Миляке количение**	**150**			**4,58**	**4,88**	**7,58**	**85**
	Молоко		150	150	4,7	4,5	7,25	
*009/2	**Вафли**	**30**			**1,68**	**7,8**	**19,2**	**152**
	Вафли		30	30	0,96	0,96	24,03	
	Всего в Второй завтрак				**6,35**	**11,88**	**24,78**	**238**
	Обед							
*024/2	**Клеб ржаной**	**40**			**2,64**	**0,48**	**13,64**	**70**
	Клеб ржаной		40	40	2,44	0,45	12,64	
*0694/2	**Компот на смеси сухофруктов**	**180**			**0,4**	**0,02**	**24,99**	**188**
	Вада литьевая		*182,7*	*182,7*				
	Смель сухофруктов		13	13	0,04		1,89	
	Масса варенки сухофруктов			*42*				
	Масса		9	9			8,98	
	Вада литьевая			*182,7*				
*0091/6	**Суп с мунными клекками**	**180**			**3,97**	**2,95**	**17,17**	**112**
	Вада литьевая		122,73	*122,72*				
	Соль		5	5				
	Перковь		8,18	6,85	0,03	0,01	0,47	
	Лук регнетый		7,85	6,55	0,55		0,6	
	Масло растительное		2,4	2,4		2,4		
	Мася пастиечное		24	18	1,85	6,3	12,38	
	Вауя		12	12	1,52	1,38	0,08	
	Картофель		45,33	14	0,68	0,14	2,38	
*3114/5	**Мусака с говаданой и рисом**	**180**			**15,13**	**9,36**	**21,98**	**234**
	Капуста балокочанная свежая		136,13	108	1,94	0,11	3,58	
	Масса вареной.ва			*100,13*				
	Масслртсогесто калисты севадина 1х		78	78	18,51	12,48		
	Крупа расввая		18	48	3,45	0,49	34,99	
	Лук регнатый		16,07	13,5	0,19		1,23	
	Масло сливочное		4,5	4,5	0,31	3,51	0,05	
	Масса приплавенного лука к			*15,73*				
	Масса фарша			*100*				
	Масса полуфабрамата			*209,12*				
	Морковь		12,5	10	0,13	0,01	0,72	
	Всего в Обед				**21,74**	**12,94**	**27,74**	**416**
	Голдник							
*002/2	**Елеб пшененный**	**40**			**3,2**	**0,36**	**13,47**	**72**
	Клеб ялененной		40	40	3,4	0,64	14,8	
*6600	**Повидло**	**30**					**18,36**	**67,2**
*0173/4	**Суфле твпрожние**	**180**			**5,91**	**5,91**	**6,23**	**100**
	Вада		10	10	1,10	1,15	0,07	
	Молоко		16,67	16,67	0,57	0,33	0,36	
	Массо сливочное		4	4	0,03	3,12	0,04	
	Крупа мечкая		8,89	8,89	0,92	0,09	0,01	
	Тавоог		66,67	66,67	11,13	6	1,33	
	Тавсо		3	3			2,99	
	Масса полуфабрамата			*106,89*				
*6411/9	**Чай баз сахара**	**142**			**0,06**	**0,02**	**0,01**	
	Вада питьевая		142,1	142,1				
	Най высшаго или 1-го сорта		6,3	6,3	0,01	0,02	0,01	
	Всего в Полдник				**9,56**	**9,6**	**27,32**	**239,2**
	Всего за день				**47,21**	**50,85**	**159,71**	**1 299,2**

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

МБДОУ ДС №29

Утверждено приказом заведующего
МБДОУ Детский сад №29
№ ____ от ____
_____ Н. В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню: 2-х недельное на 2 неделю среда (8 день)
Категория: **3-7 лет**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	метто	белки	жиры	углеводы	
*Ф003/2	**Бутерброды с маслом и сыром**	**40/5/15**			**6,68**	**8,45**	**19,45**	**180**
	Сыо		16,5	15	3,9	3,98		
	Масло сливочное		4,5	4,5	0,03	3,51	0,05	
	Хлеб пшеничный		40	40	3,4	0,04	14,8	
*Ф414/2	**Кофейный напиток с нолоком**	**180**			**2,88**	**2,41**	**14,36**	**91**
	Вода питьевая		50	50				
	Кофейный напиток		2	2	0,28	0,29	0,3	
	Сахар		9	9			8,98	
	Молоко		135	135	3,78	4,32	6,35	
*Ф182/10	**Каша пшеничная вязкая молочная**	**180**			**8,28**	**7,3**	**34,36**	**236**
	Крупа пшеничная		21,6	21,6	2,48	0,28	13,56	
	Масло сливочное		4,29	4,29	0,03	3,39	0,04	
	Сахар		4,29	4,29			4,39	
	Молоко		137,14	137,14	3,84	4,39	6,45	
	Всего в Завтрак				**17,81**	**18,16**	**68,03**	**507**
	Второй завтрак							
*Ф386/6	**Яблоки**	**160**			**0,64**	**0,64**	**15,68**	**70**
	Яблоки		182,4	182			1	
	Всего в Второй завтрак				**0,64**	**0,64**	**15,68**	**70**
	Обед							
*004/2	**Хлеб ржаной**	**40**			**2,64**	**0,48**	**13,64**	**70**
	Хлеб ржаной		40	40	2,64	0,48	13,64	
*Ф034/2	**Салат из свеклы**	**50**			**0,71**	**3,05**	**4,16**	**46**
	Сехала		60,8	47,5	0,71	0,05	4,32	
	Масло растительное		3	3		3		
*Ф166/4	**Запечанка капустная с курицей**	**180**			**25,34**	**33,77**	**22,38**	**494**
	Вода литьевая		18	18				
	Капуста балькоченная свежая		154	154,8	2,79	0,15	7,79	
	Масло сливочное		9	9	0,03	2,34	0,03	
	Яйьо		9,6	9,6	1,22	1,1	0,07	
	Лук реччатый		14,29	11	0,17		1,09	
	Масло растительное		4	4		4		
	Курица 1х полупотрещеная		80	80	14,56	14,56	0,56	
	Мелоко		36	36	1,01	1,15	1,65	
*Ф417/4	**Напиток из ключкы**	**180**			**0,68**	**3,41**	**7,65**	**64**
	Вода литьевая		180	180				
	Клювва		18	18	0,68		0,68	
	Сахар		8,4	8,4			8,38	
*Ф094/2	**Суп-лапша на к/б**	**180**			**2,29**	**2,38**	**14,9**	**100**
	Вода литьевая		171	171				
	Морковь		9	7,2	0,09	0,01	0,02	
	Масло растительное		3,6	3,6		3,6		
	Макоронный кзделия		21,6	21,6	2,25	0,34	15,06	
	Лук реччатый		8,57	7,2	0,1		0,66	
	Соль		5	5				
	Всего в Обед				**31,56**	**44,09**	**62,94**	**774**
	Полдник							
*Ф411/8	**Чай без сахара**	**180**			**0,06**	**0,02**	**9,46**	**34**
	Вода литьевая		142,1	142,1				
	Чай высшего или 1-то серта		0,3	0,3	0,03	0,02	0,01	
*Ф452/4	**Плющка домашная**	**180**			**7,18**	**4,4**	**44,26**	**246**
	Вода литьевая		28,5	28,5				
	Мука пшсничная		50	50	5,15	0,55	34,4	
	Сахар		7	7			6,49	
	Дрожжи		0,56	0,56	0,07	0,02		
	Молоко		27,78	27,78	9,78	0,56	1,31	
	Яйцо		5	5	0,54	0,58	0,54	
	Масло растительное		5	5		5		
	Всего в Полдник				**7,24**	**4,42**	**53,74**	**284**
	Всего за день				**57,33**	**67,39**	**202,05**	**1 635**

** - Вес брутто рукато по технологической карте без учете сезонности.
* - Дежурное блюдо.

МЕДОУ ДС №29

Утверждено приказом заведующего
МБДОУ Детский сад №29
№ _____ от _____
_____ Н. В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню: 2-х недельное оп 2 неделю четверг (9 день)
Категорик: **3-7 лет**

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			брутто**	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	
*0023/2	**Бутерброды с маслом и сыром**	**40/5/15**			**6,68**	**8,45**	**19,39**	**180**
	Сыр		16,5	15	3,9	3,99		
	Масло сливонное		4,5	4,5	0,57	3,51	0,51	
	Хлеб пшеничный		45	45	3,9	0,05	14,8	
*0413/2	**Чай с молоком**	**180**			**2,67**	**2,34**	**13,31**	**89**
	Вада полоком		90	60				
	Сакад		9	9			8,96	
	Молоко		90	90	2,52	2,58	4,23	
	Масло слнжо или 1 то серта		0,3	0,3	0,38	0,33	0,01	
*0199/2	**Каша шебиная людвая на молоке**	**180**			**3,94**	**4,1**	**26,8**	**161**
	Крута пшенной		21,6	21,6	2,46	0,71	11,36	
	Масло сливонное		4,29	4,29	0,03	0,03	0,04	
	Сакар		0,33	0,33			4,28	
	Молоко		150,86	150,86	4,22	4,22	4,28	
	Всего в Завтрак				**13,29**	**14,99**	**60,5**	**405**
	Второй завтрак							
*011/02	**Йогурт**	**130**			**7,8**	**2,34**	**13,26**	**105**
	Иогурт 3,2% мнеоности		130	130	6,5	1,95	11,05	
	Всего в Второй завтрак				**7,8**	**2,34**	**13,26**	**105**
	Обед							
*004/2	**Хлеб ржаной**	**40**			**2,64**	**0,64**	**13,64**	**70**
	Вада ржаной		45	46	2,64	0,46	13,54	
*0339/2	**Пюре картофельное**	**200**			**2,66**	**4,66**	**17,79**	**119**
	Картофель		200	200	5	0,6	24,45	
	Молоко		20,54	15,5	0,55	0,62	0,62	
	Масло сливенное		4,5	4,5	0,31	0,31	0,05	
*0073/2	**Щи из свежей капусты с мясом**	**180**			**6,47**	**7,34**	**5,98**	**118**
	Вида питаавая		144	144				
	Капуста бенокоченная свежая		45	36	0,65	0,65	1,69	
	Картофель		28,8	21,6	0,43	0,03	3,52	
	Маслоко		11,34	9	0,13	0,62	0,05	
	Лук репитный		6,44	7,2	0,1		0,66	
	Масло растительное		3	3		3		
	Релнима 1к		15	25	0,15	4		
	Соль		5	3				
*0390/8	**Компот из свежих яблок**	**158**			**0,14**	**0,14**	**21,49**	**89**
	Вида питаавая		154,8	154,8				
	Яблоки		40,86	36	0,14	0,14	3,53	
	Соято		9,6	9,6			9,58	
*0284/8	**Суфле из рыбы (минтай)**	**80**			**21**	**7,15**	**5,73**	**171**
	Минтой потрощеный обезливеленный		120	120	19,08	1,08		
	Масло отварной рыбы			*57,33*				
	Яйью		10,67	10,67	1,33	1,33	0,02	
	Масло растительное		2,57	2,67		2,66		
	Масло полуфабравата			*66*				
	Масло сгуженное		2,67	2,67	0,02	2,02	0,02	
	Молоко		26,67	26,67	0,73	0,03	1,23	
	Хлеб пшеничный		13,33	11,13	1,12	0,03	4,63	
	Всего в Обед				**32,91**	**19,44**	**64,51**	**566**
	Полдник							
*002/2	**Хлеб пшеничный**	**40**			**3,3**	**0,66**	**13,47**	**72**
	Хлеб пшеничный		46	46	3,4	0,64	14,6	
*0420/10	**Молоко сгущеное**	**10**			**0,64**	**1,14**	**7,28**	**43**
	Молоко сгущенное		13	13	0,94	1,11	7,28	
*6167/9	**Запеканка морковная**	**100/5**			**3,64**	**7,83**	**73,4**	**154**
	Каллока		152,78	122,22	2,24	6,54	6,8	
	Масло сгущенное		4,76	4,76	0,72	3,71	0,04	
	Молоко		15,38	12,05	0,53	0,51	8,9	
	Масло причущенный черковы			*92,24*				
	Крупа панная		9,52	0,98	0,98	0,1	6,44	
	Явьш		5,56	5,56	0,71	0,64	0,04	
	Сакар		2,96	2,86			2,85	
	Масса готовой запекевни			*95,24*				
*0417/3	**Чай без сахара**	**180**			**0,06**	**0,02**	**6,44**	
	Вида питакара		142,1	142,1				
	Чай сваюего или 1-то сгара		0,3	0,3	0,06	0,02	0,04	
	Всего в Полдник				**7,94**	**3,53**	**38,16**	**269**
	Всего за день				**61,84**	**46,34**	**176,43**	**1 370**

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

МБДОУ ДС №29

Утверждено приказом заведующего
МБДОУ Детский сад №29
№ _____ от _____
_____ Н. В. Филатова

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год
Меню: 2-х недельное на 2 неделю пятница (10 день)
Категория: **3-7 лет**

Код клодиа	Наименование блоды и продуктов	Выход блюда	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
			Брутто**	нетти	бетки	метке	уттоводы	
* 0416/2	**Какао с молоком**	**180**			**3,67**	**3,19**	**15,82**	**107**
	Вода питьевая		80	80				
	Какао-пасковос		1,5	1,5	0,36	0,56	0,57	
	Сачар		5	5			7,98	
	Молоко		135	135	3,38	4,32	4,36	
* 0601/2	**Бутерброды с маслом**	**40/5**			**2,79**	**8,49**	**16,45**	**153**
	Масса сливочное		5	5	0,04	3,9	0,05	
	Хлеб пшеничный		40	40	3,4	0,64	16,8	
* 0191/8	**Каша из смеси двух круп**	**180**			**6,01**	**8,51**	**17,35**	**173**
	Крупа гренчевая		9,29	9,29	1,17	0,31	6,37	
	Крупа "Тергучес"		16,26	16,26	1,79	1,01	8,18	
	Молоко		120,77	120,77	3,38	3,38	5,68	
	Сахар		4,2	4,2			4,19	
	Масло питьнавая		5,81	5,81	0,04	4,03	4,56	
	Всего в Завтрак				**12,44**	**22,19**	**49,62**	**420**
	Второй завтрак							
* 0418/3	**Сок**	**150**			**0,75**		**15,15**	**64**
	Сок облечный		150	150	0,6		10,95	
	Всего в Второй завтрак				**0,75**		**15,15**	**64**
	Сонд							
*004/2	**Хлеб ржаной**	**40**			**2,64**	**0,48**	**13,64**	**70**
	Хлеб ржаной		40	40	2,64	0,64	13,64	
* 0694/2	**Компот из смеси сухофруктов**	**180**			**0,4**	**0,02**	**24,99**	**102**
	Вода питьевая		182,7	*182,7*				
	Масса сухофруктов		13	13	0,04		1,89	
	Масса вархных сухофруктов			44				
	Сахар		9	9			8,98	
	Вода питьевая			*182,7*				
* 0321/6	**Плов из птицы**	**180**			**18**	**16,63**	**30,11**	**342**
	Куриц 11 полупутриенный		65	45	0,14	0,28	0,32	
	Масса отвечной птицы Масло			*67,5*				
	сливовное		5	9	0,04	3,9	0,09	
	Моркова		18	14,63	0,19	0,01	1,05	
	Лух репчатый		9	7,88	0,11		0,72	
	Кууна реставая		39,38	39,38	2,76	0,39	28,11	
	Масса потового рнсо с овощини			*112,5*				
* 0063/3	**Борщ со сметаной**	**180**			**1,26**	**4,14**	**6,47**	**68**
	Вода питьевая		144	244				
	Свекла		36	28,8	0,03	0,03	2,62	
	Капусть белекачанная свежля		37,5	38	0,54	0,07	1,41	
	Картофель		24	24	0,48	0,1	3,91	
	Морковь		11,34	9	0,12	0,01	0,65	
	Лух репчатый		8,64	7,2	0,1		0,65	
	Масло растительное		7,2	3,6		3,6		
	Соль		3	3				
	Сметана		5	5	0,14	1	0,16	
	Всего в Обед				**22,61**	**34,3**	**54,41**	**480**
	Полдник							
* 0413/3	**Чай с молоком**	**160**			**2,83**	**2,43**	**12,06**	**82**
	Вода питьевая		42,67	42,67				
	Свека		7,47	7,45			7,45	
	Молоко		98,13	96	2,89	3,07	4,51	
	Чай шацеего пли 1-го сорта		0,2	0,2	0,34	0,01	0,01	
* 0441/6	**Ватрушка с творогом**	**100**			**8,04**	**4,68**	**10,62**	**117**
	Мука пденинный		50	50	5,15	0,53	34,4	
	Масла растительное		4,44	4,44		4,44		
	Молоко		27,78	27,78	0,79	0,89	1,91	
	Яйцо		10	10	1,27	1,15	0,01	
	Секао		7,78	7,38			7,76	
	Дрожжи		0,56	0,56	0,56	0,82		
	Творог		44,44	44,44	7,42	4	0,89	
	Всего в Полдник				**10.67**	**7,17**	**22,88**	**199**
	Всего за день				**46,67**	**51,66**	**141,66**	**1 173**

** - Вес брутто указан по технологический карта без учета сезонности.
* - Дежурное блюдо.