МДОБУ детский сад №4 заведующий Д.В.Кондакова

Плановое меню двухнедельное

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00B1BAD2735B048DECF802662EED8BEA6E
Владелец: Кондакова Диана Владимировна
Действителен: с 30.11.2022 до 23.02.2024

Столовая: Кухня
Сезон: Зимне-весенний
Категория: Ясли(с 1,5 до 3 лет)
Диета: Все

Наименование блюда	Выход блюда (г)
День 1	
Завтрак	
Без диет	
190/3 Каша манная вязкая молочная	160
414/1 Кофейный напиток с молоком	150
Хлеб пшеничный	26
524 Масло(порциями)	8
Итого	**343,5**
Второй завтрак	
Без диет	
418/3 Сок фруктовый	150
Итого	**150**
Обед	
Без диет	
087/2 Суп гороховый	230
179/2 Гречка рассыпчатая	120
293/1 Гуляш из отварного мяса	60
513 Хлеб ржано-пшеничный	34
394/3 Компот из смеси сухофруктов	150
Итого	**594**
Усиленный полдник	
Без диет	
227 Яйца вареные	1 шт
516 Кукуруза консервированная	80
Хлеб пшеничный	26
412/1 Чай с лимоном	160
Итого	**305,5**
Итого за день	**1393**
День 2	
Завтрак	
Без диет	
251/1 Запеканка творожно-манная со сгущенкой	120
416/1 Какао с молоком	150
Хлеб пшеничный	26
Итого	**295,5**
Второй завтрак	
Без диет	
420/1 Кефир	150
Итого	**150**
Обед	
Без диет	
077 Щи из квашеной капусты со сметаной	230
149/1 Картофельное пюре	120
298/1 Котлеты мясные	60
037 Салат свекольный	50
513 Хлеб ржано-пшеничный	34
394/3 Компот из смеси сухофруктов	150
Итого	**644**
Усиленный полдник	
Без диет	
182/5 Каша пшеничная вязкая молочная	160
411/1 Чай с сахаром	150
Хлеб пшеничный	26
Итого	**335,5**
Итого за день	**1425**
День 3	
Завтрак	
Без диет	
221/1 Макароны с сыром	110
411/1 Чай с сахаром	150
Хлеб пшеничный	26
Итого	**285,5**
Второй завтрак	

Наименование блюда	Выход блюда (г)
Без диет	
386/1 Яблоки	100
Итого	**100**
Обед	
Без диет	
093 Суп с рыбными консервами	230
149/1 Картофельное пюре	120
301/1 Тефтели из печени с рисом	120
528 Капуста квашеная	40
Хлеб ржано-пшеничный	43
418/3 Сок фруктовый	150
Итого	**702,5**
Усиленный полдник	
Без диет	
182/6 Каша ячневая вязкая молочная	160
Хлеб пшеничный	26
414/1 Кофейный напиток с молоком	150
Итого	**335,5**
Итого за день	**1423,5**
День 4	
Завтрак	
Без диет	
247/1 Сырники со сгущенкой	100
414/1 Кофейный напиток с молоком	150
Хлеб пшеничный	26
524 Масло(порциями)	8
Итого	**283,5**
Второй завтрак	
Без диет	
386/1 Яблоки	100
Итого	**100**
Обед	
Без диет	
101/1 Суп овощной со сметаной	230
149/1 Картофельное пюре	120
272/1 Котлеты рыбные любительские	70
526 Огурцы соленые	30
513 Хлеб ржано-пшеничный	34
399 Кисель	150
Итого	**634**
Усиленный полдник	
Без диет	
199/2 Каша 'Геркулес' жидкая на молоке	160
411/1 Чай с сахаром	150
Хлеб пшеничный	26
Итого	**335,5**
Итого за день	**1353**
День 5	
Завтрак	
Без диет	
182/1 Каша гречневая вязкая молочная	160
411/1 Чай с сахаром	150
Хлеб пшеничный	26
Итого	**335,5**
Второй завтрак	
Без диет	
353/1 Морковь свежая	50
Итого	**50**
Обед	
Без диет	
117/3 Бульон с гренками, куриный	250
321/2 Плов из птицы	130
046/1 Винегрет овощной	80
513 Хлеб ржано-пшеничный	34
390/3 Компот из свежих фруктов	150
Итого	**644**
Усиленный полдник	
Без диет	
442/1 Шарлотка с яблоками2	100
418/3 Сок фруктовый	150

Наименование блюда	Выход блюда (г)
359/2 Тыква запеченная с сахаром	150
Итого	**400**
Итого за день	**1429,5**
День 6	
Завтрак	
Без диет	
182/5 Каша пшеничная вязкая молочная	160
Хлеб пшеничный	26
524 Масло(порциями)	8
412/1 Чай с лимоном	160
Итого	**353,5**
Второй завтрак	
Без диет	
386/1 Яблоки	100
Итого	**100**
Обед	
Без диет	
086/2 Суп рисовый	230
314/2 Голубцы ленивые с мясом и рисом	160
513 Хлеб ржано-пшеничный	34
390/3 Компот из свежих фруктов	150
Итого	**574**
Усиленный полдник	
Без диет	
530 Печенье твороженное	60
414/1 Кофейный напиток с молоком	150
Хлеб пшеничный	26
Итого	**235,5**
Итого за день	**1263**
День 7	
Завтрак	
Без диет	
229/1 Омлет натуральный	85
523 Горошек консервированый	50
Хлеб пшеничный	26
416/1 Какао с молоком	150
Итого	**310,5**
Второй завтрак	
Без диет	
386/1 Яблоки	100
Итого	**100**
Обед	
Без диет	
062/1 Борщ со свежей капустой	230
149/1 Картофельное пюре	120
306/1 Биточки мясные	60
022 Салат витаминный	90
513 Хлеб ржано-пшеничный	34
418/3 Сок фруктовый	150
Итого	**684**
Усиленный полдник	
Без диет	
182/6 Каша ячневая вязкая молочная	160
411/1 Чай с сахаром	150
Хлеб пшеничный	26
Итого	**335,5**
Итого за день	**1430**
День 8	
Завтрак	
Без диет	
199/1 Каша пшённая жидкая на молоке	160
411/1 Чай с сахаром	150
520 Хлеб пшеничный	44
Итого	**354**
Второй завтрак	
Без диет	
Вафли	35
Итого	**35**
Обед	
Без диет	

Наименование блюда	Выход блюда (г)
077 Щи из квашеной капусты со сметаной	230
149/1 Картофельное пюре	120
294/1 Бефстроганов2	70
037 Салат свекольный	50
513 Хлеб ржано-пшеничный	34
394/3 Компот из смеси сухофруктов	150
Итого	**654**
Усиленный полдник	
Без диет	
441/2 Ватрушка твороженая	65
414/1 Кофейный напиток с молоком	150
Итого	**215**
Итого за день	**1258**
День 9	
Завтрак	
Без диет	
221/1 Макароны с сыром	110
413/1 Чай с молоком	150
Хлеб пшеничный	26
Итого	**285,5**
Второй завтрак	
Без диет	
386/1 Яблоки	100
Итого	**100**
Обед	
Без диет	
084/1 Суп гречневый со сметаной	230
333 Рис отварной	100
259/5 Рыба под маринадом	70
010 Салат из свежей капусты	40
513 Хлеб ржано-пшеничный	34
399 Кисель	150
Итого	**624**
Усиленный полдник	
Без диет	
229/2 Омлет натуральный	65
411/1 Чай с сахаром	150
Хлеб пшеничный	26
Итого	**240,5**
Итого за день	**1250**
День 10	
Завтрак	
Без диет	
190/3 Каша манная вязкая молочная	160
411/1 Чай с сахаром	150
520 Хлеб пшеничный	44
Итого	**354**
Второй завтрак	
Без диет	
519 Хлеб пшеничный с повидлом	59
Итого	**59**
Обед	
Без диет	
091 Суп куриный с клецками	230
148/10 Соус из курицы с овощами	140
513 Хлеб ржано-пшеничный	34
390/3 Компот из свежих фруктов	150
Итого	**554**
Усиленный полдник	
Без диет	
453 Булочка домашняя	65
418/3 Сок фруктовый	150
Итого	**215**
Итого за день	**1182**