

Меню-раскладка (1 Неделя Понедельник)

Дети от 1 до 3 лет

Диета: Все	Наименование блюд и продуктов				Химический состав							
	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углевод,г	Энергетическая ценность	Са,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг	
Завтрак												
Без диет												
		150	0,09	0,03	5,92	24	2,29	0,37	0	0,02	0,02	
Ф411/2 Чай с сахаром												
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,1	0,03	0,02		2,48	0,41		0,05		
Сахар	6,5	6,5			6,49		0,13	0,02				
Ф001 Бутерброды с маслом		30/5	2,59	4,38	11,15	94	13,8	1,51	0,04	0		
Масло сливочное	5,0	5,0	0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01			
Хлеб пшеничный	30,0	30,0	2,55	0,48	11,1		12,9	1,5	0,03			
Ф182/4 Каша рисовая вязкая молочная		147/3	3,65	4,56	19,05	132	88,14	0,24	0,1	0,42		
Крупа рисовая	22,5	22,5	1,58	0,23	16,07		1,8	0,23	0,01			
Масло сливочное	3,0	3,0	0,02	2,34	0,03		0,54					
Сахар	1,0	1,0			1,0		0,02					
Молоко	81,5	81,5	2,28	2,61	3,83		97,8	0,05	0,12	1,06		
всего в Завтрак	335	6,33	8,97	36,12	250	104,2	2,12	0,14	0,44			
Второй завтрак												
Без диет												
		100	0,38	0,35	8,92	40	14,08	1,91	0,02	66		
Ф386/1 Яблоки												
Яблоки	100,0	100,0	0,4	0,4	9,8		16,0	2,2	0,02	165,0		
всего в Второй завтрак	100	0,38	0,35	8,92	40	14,08	1,91	0,02	66			
Обед												
Без диет												
		40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0		
002 Хлеб пшеничный												
Хлеб пшеничный	40,0	40,0	3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04			
Ф219/1 Макароны изделия отварные с маслом		100/3	3,93	3,33	25,4	147	7,16	0,56	0,02	0		
Масло сливочное	3,0	3,0	0,02	2,34	0,03		0,54					
Макаронные изделия	40,0	40,0	4,16	0,44	27,88		7,6	0,64	0,02			
Масло растительное	1,0	1,0		1,0								
Ф293/2 Гуляш из отварного мяса		70	9,2	9,81	2,45	135	9,88	1,32	0,06	0,58		
Говядина 1к	50,0	50,0	9,3	8,0			4,5	1,35	0,08			
Масса отварного мяса	35,0	35,0										
Составил:												
Морковь	8,0	6 563	0,09	0,01	0,47		3,35	0,05		0,33		
Лук репчатый	7,5	6 125	0,09		0,56		1,9	0,05		0,61		
Томатное пюре	2,0	2,0	0,07		0,24		0,4	0,04		0,52		
Масло сливочное	4,0	4,0	0,03	3,12	0,04		0,72					
Мука пшеничная	2,0	2,0	0,21	0,02	1,38		0,36	0,02				

Дата: 01.12.2023 Стр: 1

Морковь	3,0	0,04	0,22	1,53	0,02	0,15
Масло сливочное	2,25	0,02	0,02	0,41		
Говядина 1к	15,0	2,79	3,11	1,35	0,41	0,02
Ф284/2 Суфле из рыбы (минтай)	80	13,03	6,04	53,21	0,81	0,58
Масса отварной рыбы	58,0	1,27	0,07	5,5	0,25	0,04
Яйцо	10,0					
Масло растительное	2,0					
Масса полуфабриката	92,0	11,61	0,66	29,2	0,58	0,08
Минтай потрошенный обезглавленный	73,0					
Ф371 Соус молочный густой (для фарширования)	20,25	0,57	0,95	24,3	0,01	0,26
Молоко	3,51	0,02	0,04	0,63	0,04	
Масло сливочное	3,51	0,36	2,41	0,63	0,04	
Мука пшеничная	0,216			0,79	0,01	
Соль						
всего в Обед	460	23,47	36,7	107,7	3,65	4,24
Уплотненный полдник						
Ф419/1 Молоко кипяченое	150	3,95	6,42	158,4	0,08	0,78
Молоко	150,0	4,2	7,05	180,0	0,09	1,95
Ф437/5 Пирожок печеный из дрожжевого теста (сдобный) с кавтофельным фаршем	80	6,76	40,03	44,91	0,97	4,16
Мука пшеничная	50,0	5,15	34,4	9,0	0,6	0,02
Масло растительное	5,0	0,05		0,22	0,01	
Яйцо	0,4	1,0	8,15	5,0	0,45	10,0
Картофель	66 667	0,84	1,41	36,0	0,02	0,39
Молоко	30,0	0,02	0,03	0,54		
Масло сливочное	3,0	0,13		0,27	0,03	
Дрожжи	1,0					
всего в Уплотненный полдник	230	10,71	46,45	203,3	1,05	4,94
всего в день	1133	43,85	138,97	444,5	8,19	19,67

Стр: 5

Дата: 01.12.2023

Составил:

test

Меню-раскладка (1 Неделя Среда)

Дети от 1 до 3 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Са,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг	
Завтрак											
Ф227 Яйца вареные			1 шт	5,08	4,6	0,28	63	22	1	0,18	0
Яйцо	40,0	40,0		5,08	4,6	0,28		22,0	1,0	0,18	
Ф411/2 Чай с сахаром			150	0,09	0,03	5,92	24	2,29	0,37	0	0,02
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5		0,1	0,03	0,02		2,48	0,41	0	0,05
Сахар	6,5	6,5				6,49		0,13	0,02		
Ф001 Бутерброды с маслом			30/5	2,59	4,38	11,15	94	13,8	1,51	0,04	0
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		2,55	0,48	11,1		12,9	1,5	0,03	
всего в Завтрак			225	7,76	9,01	17,35	181	38,09	2,88	0,22	0,02
Второй завтрак											
Ф386/1 Яблоки			100	0,38	0,35	8,92	40	14,08	1,91	0,02	66
Яблоки	100,0	100,0		0,4	0,4	9,8		16,0	2,2	0,02	165,0
всего в Второй завтрак			100	0,38	0,35	8,92	40	14,08	1,91	0,02	66
Обед											
002 Хлеб пшеничный			40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
Ф339 Пюре картофельное			100	2,48	2,87	16,99	104	26	0,87	0,08	8,88
Картофель	147,0	110,0		2,2	0,44	17,93		11,0	0,99	0,08	22,0
Молоко	15,0	15,0		0,42	0,48	0,71		18,0	0,01	0,02	0,2
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54			
Ф294/1 Подлива мясная с соусом			70	9	11,94	1,26	148	8,96	1,3	0,06	0,72
Говядина 1к	50,0	50,0		9,3	8,0	0,02		4,5	1,35	0,08	
Масло сливочное	2,0	2,0		0,01	1,56	0,02		0,36			
Масло растительное	4,0	4,0			4,0			3,06	0,04		0,3
Морковь	7,5	6,0		0,08	0,01	0,43		1,86	0,05		0,6
Лук репчатый	7,0	6,0		0,08		0,55					
Составил:											
Дата: 01.12.2023											
Стр: 6											
Томат-паста			150	0,1	0	0,38	26	0,4	0,05	0	0,9
Ф394/1 Компот из смеси сухофруктов			150	0,02	0	6,51	26	0,11	0,02	0	0
Смесь сухофруктов	8,0	8,0		0,02		1,16		0,12	0,02		
Сахар	6,0	6,0				5,99		10,74	0,58		2,06
Ф508 суп-хинкал на м/к бульоне с чесночной заправкой			150	3,37	3,21	18	114	10,74	0,58	0,04	2,06
Картофель	28,0	22,0		0,44	0,09	3,59		2,2	0,2	0,02	4,4

Мука пшеничная	22,5	22,5	2,32	0,25	15,48	4,05	0,27	0,01	
Яйцо	5,0	5,0	0,64	0,58	0,04	2,75	0,13	0,02	0,64
Лук репчатый	7 589	6 375	0,09		0,58	1,98	0,05		0,1
Чеснок	1,0	1,0	0,07		0,05	0,6	0,02		
Масло сливочное	3,5	3,5	0,02	2,73	0,04	0,63			
Ф026 Салат из картофеля с зеленым горошком	50	1,35	1,35	2,37	7,79	17,23	0,52	0,04	3,9
Картофель	46 667	35,0	0,7	0,14	5,71	3,5	0,32	0,02	7,0
Морковь	31,25	25,0	0,33	0,03	1,8	12,75	0,18	0,02	1,25
Горошек зеленый консервированный	15,0	12,0	0,37	0,02	0,78	2,4	0,08	0,01	1,2
Масло растительное	2,5	2,5		2,5					
Лук репчатый	3,5	3,0	0,04		0,27	0,93	0,02		0,3
всего в Обед	560	19,62	21,03	529	65,35	80,23	5,28	0,26	15,56
Уплотненный полдник									
002 Хлеб пшеничный	40	3,4	3,4	0,64	14,8	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0	3,4	0,64	14,8	17,2	2,0	0,04	0,02
Ф411/2 Чай с сахаром	150	0,09	0,09	0,03	5,92	2,29	0,37	0	0,05
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,1	0,03	0,02	2,48	0,41	0,02	0,05
Сахар	6,5	6,5			6,49	0,13	0,02		
Ф182/2 Каша гречневая вязкая молочная	150	5,28	5,28	4,76	20,68	74,41	1,79	0,13	0,34
Крупа гречневая	30,0	30,0	3,78	0,99	18,63	6,0	2,01	0,06	0,85
Молоко	65,0	65,0	1,82	2,08	3,06	78,0	0,04	0,1	
Масло сливочное	3,0	3,0	0,02	2,34	0,03	0,54			
Сахар	1,0	1,0			1,0	0,02			
всего в Уплотненный полдник	340	8,77	36,53	5,43	41,4	93,91	4,16	0,17	0,36
всего в день	1225	36,53	35,82	1000	133,02	226,3	14,24	0,67	81,94

Без диет

Составил:

Дата: 01.12.2023

Стр: 7

test

Меню-раскладка (1 Неделя Пятница)

Дети от 1 до 3 лет

Диета: Все

Наименование блюд и продуктов	Выход, г	Химический состав									
		Брутто, г	Нетто, г	Жиры, г	Углеводы, г	Са, мг	Fe, мг	B2, мг	C, мг		
Завтрак											
Ф2229/1 Омлет натуральный											
Яйцо	40,0	40,0	58	5,21	7,9	0,95	96	35,99	0,88	0,17	0,08
Молоко	15,0	15,0		5,08	4,6	0,28		22,0	1,0	0,18	0,2
Масса омлетной смеси	55 323			0,42	0,48	0,71		18,0	0,01	0,02	
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Ф411/2 Чай с сахаром											
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	150	0,09	0,03	5,92	24	2,29	0,37	0	0,02
Сахар	6,5	6,5		0,1	0,03	0,02		2,48	0,41	0,05	0,05
Ф001 Бургерброды с маслом											
Масло сливочное	5,0	5,0	30/5	2,59	4,38	11,15	94	13,8	1,51	0,04	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
всего в Завтрак											
	30,0	30,0	243	7,89	12,31	18,02	214	52,08	2,76	0,21	0,1
Второй завтрак											
Печенье											
Печенье	20,0	20,0	20	1,1	5,2	12,8	102	0	0	0	0
всего в Второй завтрак											
	20,0	20,0	20	0,64	0,56	16,02	102	2,0	0	0	0
Обед											
Ф002 Хлеб пшеничный											
Хлеб пшеничный	40,0	40,0	40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Ф394/1 Компот из смеси сухофруктов											
Смесь сухофруктов	8,0	8,0	150	0,02	0	6,51	26	0,11	0,02	0	0
Сахар	6,0	6,0		0,02		1,16		0,12	0,02		
Ф148/9 Рагу из овощей с говядиной											
Картофель	80 471	60 353	180	11,47	14,92	12,75	230,82	37,54	2,11	0,13	13,24
Морковь	17 206	13 765		1,28	0,26	10,41		6,39	0,58	0,04	12,78
Лук репчатый	15 126	12 706		0,19	0,01	1,05		7,43	0,1	0,01	0,73
				0,19		1,22		4,17	0,11		1,35
Составил:											
Капуста белокочанная свежая	52 941	42 353		0,81	0,04	2,11		21,52	0,27	0,02	20,18
Масло растительное	5 718	5 718			6,04						
Масса рагу		181,51									
Масло сливочное	3 176	3 176		0,02	2,62	0,03		0,61			
Говядина 1к	65 647	52 941		10,43	8,97			5,04	1,51	0,09	

Дата: 01.12.2023 Стр: 10

Ф046/1 Винегрет овощной с луком репчатый									
Картофель	20,0	15,0	2,27	6,59	54	19,01	0,64	0,03	2,42
Свекла	18,75	15,0	0,06	2,45		1,5	0,14	0,01	3,0
Морковь	16,0	12,8	0,02	1,37		5,55	0,21	0,01	1,5
Лук репчатый	2,4	2,0	0,01	0,92		6,53	0,09	0,01	0,64
Масло растительное	2,4	2,4	2,4	0,18		0,62	0,02		0,2
Горошек зеленый консервированный	10,0	7,0	0,01	0,46		1,4	0,05		0,7
Фасоль	4,0	4,0	0,08	1,86		6,0	0,24	0,01	
Ф093 Суп фасолевый			3,27	15	107	26,34	1,11	0,03	1,96
Картофель	23,0	17,25	0,07	2,81		1,73	0,16	0,01	3,45
Фасоль	15,0	15,0	0,3	6,99		22,5	0,89	0,03	
Лук репчатый	7,5	6,3	0,09	0,57		1,95	0,05		0,63
Морковь	3,75	3,0	0,04	0,22		1,53	0,02		0,15
Лапша (вермишель)	8,0	8,0	0,09	5,58		1,52	0,13		
Масло растительное	1,5	1,5	1,5	0,29		0,3	0,04		0,68
Томат-паста	1,5	1,5	1,76	0,02		0,41			
Масло сливочное	2,25	2,25	0,02	0,02					
всего в Обед	560	560	21,1	55,65	496,82	100,1	5,88	0,23	17,62

Уплотненный полдник									
Ф432/4 Оладьи (со стуженным молоком)			7,43	46,12	282	84,83	0,72	0,09	0,22
Масло растительное	5,0	5,0	5,0	8,4		47,55	0,13	0,02	0,15
<i>Масса готовых оладий</i>	92,308			0,04		2,75	0,02		
Молоко стуженное	15,0	15,0	1,28	0,64		0,14	0,02		
Яйцо	5,0	5,0	0,01	0,06		36,0	0,02	0,05	0,39
Дрожжи	0,5	0,5	0,96	1,41		9,9	0,66	0,02	
Молоко	30,0	30,0	0,61	37,84		0,06	0,01		
Мука пшеничная	55,0	55,0	0,03	5,92	24	2,29	0,37	0	0,02
Сахар	3,0	3,0	0,03	0,02		2,48	0,41		0,05
Ф411/2 Чай с сахаром						0,13	0,02		
чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5							
Сахар	6,5	6,5		6,49					
всего в Уплотненный полдник	250	250	7,46	52,04	306	87,12	1,1	0,09	0,24

Составил: _____ Дата: 01.12.2023 Стр: 11

всего в день									
	1073	37,72	46,07	138,51	1118,82	239,4	9,74	0,53	17,96

Составил: _____ Дата: 01.12.2023 Стр: 12