

Директор
Р.А.

/Абдрахманова Р.И.

Технолог-89051806566

Плановое меню
четырёхнедельное

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Абдрахманова Р.И.

Сезон: Осень-зима

Категория: Дети до 3 лет с/м

Диета: 1 неделя повторяется на 3 неделю
2 неделя повторяется на 4 неделю

Наименование блюда	Выход блюда (г)
1 нед. Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
КП22124 Каша манная молочная	130
КП22089 Какао с молоком	150
КП22201 Бутерброд с маслом	25/5
СОЛЙОД Соль йодированная	2
Итого	312
Завтрак второй	
Без диет	
КП22005 Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП22156 Суп картофельный с лапшой домашней	150
КП22155 Плов из куриного филе	90
КП22002 Компот из вишни	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
СОЛЙОД Соль йодированная	3
Итого	433
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП22186 Плюшка новомосковская	80
КП22003 Чай с сахаром	150
Итого	230
Итого за день	1 075
1 нед. Вторник	
Завтрак	
Без диет	
КП22105 Каша "Дружба" молочная	130
КП22099 Кофейный напиток с молоком	150
КП22200 Бутерброд с сыром	25/10
СОЛЙОД Соль йодированная	2
Итого	317
Завтрак второй	
Без диет	
КП22159 Молоко кипячённое	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП22126 Уха с крупой	140/10
КП22015 Запеканка картофельная с курицей B2	90
КП22007 Напиток яблочный	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
СОЛЙОД Соль йодированная	3
Итого	433
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП22163 Омлет натуральный	80
КП22003 Чай с сахаром	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	25

Составил:

Дата: 07.09.2022

Стр: 1

КП22183 Картофель отварной запеченный	90
КП22339 Куриное филе, тушенное с овощами	50
КП22005 Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
СОЛЙОД Соль йодированная	3
Итого	483
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП22163 Омлет натуральный	80
КП22003 Чай с сахаром	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	25
СОЛЙОД Соль йодированная	2
Итого	257
Итого за день	1 157
2 нед. Пятница	
Завтрак	
Без диет	
КП22105 Каша "Дружба" молочная	130
КП22089 Какао с молоком	150
КП22201 Бутерброд с маслом	25/5
СОЛЙОД Соль йодированная	2
Итого	312
Завтрак второй	
Без диет	
КП22005 Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП22174 Салат из моркови с яблоками	30
КП22046 Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	150/5
КП22167 Макароны отварные с маслом	90
КП22136 Биточки мясные с соусом томатным	60/25
КП22007 Напиток яблочный	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
СОЛЙОД Соль йодированная	3
Итого	563
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП22003 Чай с сахаром	150
КП22186 Плюшка новомосковская	60
Итого	210
Итого за день	1 185

Врач-диетолог _____ / _____ /
 Медицинская сестра диетическая _____ / _____ /

Составил:

Дата: 07.09.2022

Стр. 5

КП22164 Чай с молоком и сахаром	150
КП22201 Бутерброд с маслом	25/5
СОЛЬИОД Соль йодированная	2
Итого	312
Завтрак второй	
Без диет	
КП22005 Компот из свежемороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП22037 Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150/5
КП22173 Каша гречневая рассыпчатая	90
КП22177 Котлеты куриные с подливом овощным	60/30
КП22007 Напиток яблочный	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
СОЛЬИОД Соль йодированная	3
Итого	533
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП22167 Макароны отварные с маслом	80
КП22003 Чай с сахаром	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	25
СОЛЬИОД Соль йодированная	2
Итого	257
Итого за день	1 202
2 нед. Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
КП22068 Каша "Здоровье"(рис,гречка)	130
КП22089 Какао с молоком	150
КП22201 Бутерброд с маслом	25/5
СОЛЬИОД Соль йодированная	2
Итого	312
Завтрак второй	
Без диет	
КП22007 Напиток яблочный	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП22213 Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200
КП22119 Пюре гороховое	90
КП22245 Мясо тушенное с овощами	35/15
КП22005 Компот из свежемороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
СОЛЬИОД Соль йодированная	3
Итого	533
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП22186 Плюшка новомосковская	80
КП22003 Чай с сахаром	150
СОЛЬИОД Соль йодированная	2
Итого	232
Итого за день	1 177
2 нед. Вторник	
Завтрак	
Без диет	
КП22115 Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	130
КП22099 Кофейный напиток с молоком	150
КП22200 Бутерброд с сыром	25/10
СОЛЬИОД Соль йодированная	2
Итого	317

Составил:

Дата: 07.09.2022

Стр: 3

Завтрак второй		
Без диет		
КП22159 Молоко кипячённое		100
	Итого	100
Обед		
Без диет		
КП22291 Суп крестьянский с крупой (пшено)		150
КП22021 Рагу овощное с курицей		100
КП22007 Напиток яблочный		150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом		20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый		20
СОЛЬЙОД Соль йодированная		3
	Итого	443
Уплотненный полдник		
Без диет		
КП22167 Макароны отварные с маслом		100
КП22003 Чай с сахаром		150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом		25
СОЛЬЙОД Соль йодированная		2
	Итого	277
	Итого за день	1 137
2 нед. Среда		
Завтрак		
Без диет		
КП22121 Каша кукурузная молочная		130
КП22003 Чай с сахаром		150
КП22201 Бутерброд с маслом		25/5
СОЛЬЙОД Соль йодированная		2
	Итого	312
Завтрак второй		
Без диет		
КП22005 Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)		100
	Итого	100
Обед		
Без диет		
КП22156 Суп картофельный с лапшой домашней		150
КП22113 Каша рисовая рассыпчатая с маслом		90
КП22127 Рыба тушеная в томатном соусе с овощами		50
КП22002 Компот из вишни		150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом		20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый		20
СОЛЬЙОД Соль йодированная		3
	Итого	483
Уплотненный полдник		
Без диет		
КП22152 Сырники из творога с соусом молочным		60/30
КП22169 Кисель фруктовый		150
	Итого	250
	Итого за день	1 145
2 нед. Четверг		
Завтрак		
Без диет		
КП22103 Каша пшеничная молочная		130
КП22164 Чай с молоком и сахаром		150
КП22200 Бутерброд с сыром		25/10
СОЛЬЙОД Соль йодированная		2
	Итого	317
Завтрак второй		
Без диет		
КП22159 Молоко кипячённое		100
	Итого	100
Обед		
Без диет		
КП22264 Суп картофельный с бобовыми и гречками		150

СОЛЬИОД Соль йодированная	2
Итого	257
Итого за день	1 107
1 нед. Среда	
Завтрак	
Без диет	
КП22117 Каша пшеничная молочная жидкая	150/4
КП22164 Чай с молоком и сахаром	150
КП22197 Бутерброд с маслом	30/5
СОЛЬИОД Соль йодированная	2
Итого	337
Завтрак второй	
Без диет	
КП22153 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП22171 Суп картофельный с бобовыми и гречками	150/10
КП22167 Макароны отварные с маслом	90
КП22336 Гуляш из куриного филе	50
КП22005 Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
СОЛЬИОД Соль йодированная	3
Итого	483
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП22344 Булочка молочная	80
КП22003 Чай с сахаром	150
СОЛЬИОД Соль йодированная	2
Итого	232
Итого за день	1 152
1 нед. Четверг	
Завтрак	
Без диет	
КП22069 Суп молочный с вермишелью	130
КП22003 Чай с сахаром	150
КП22200 Бутерброд с сыром	25/10
СОЛЬИОД Соль йодированная	2
Итого	317
Завтрак второй	
Без диет	
КП22159 Молоко кипяченое	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП22190 Суп с пшенной крупой	150
КП22135 Тефтели из говядины с подливом овощным	60/25
КП22176 Картофельное пюре	90
КП22008 Компот из смеси сухофруктов	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
СОЛЬИОД Соль йодированная	3
Итого	533
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП22152 Сырники из творога с соусом молочным	60/30
КП22169 Кисель фруктовый	150
Итого	250
Итого за день	1 200
1 нед. Пятница	
Завтрак	
Без диет	
КП22110 Каша рисовая молочная	130

Составил:

Дата: 07.09.2022

Стр: 2