

День: 1  
Неделя: 2  
Сезон: ЛЕТО-ОСЕНЬ ЯСЛИ 2024  
Возрастная категория: Дети-ясли к2



" УТВЕРЖДАЮ"  
Заведующий МАДОУ города  
Нижевартовска ДС №49  
"Родничок"  
Смирнова В. Н.  
М. П. 4 августа 2024 г.

**Ежедневное меню  
на 5 августа 2024 г.**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
17,4	Суп молочный с крупой	151	2,617	2,819	11,073	81,137	0,06	0,232	1,117	221,285	0,221
36,2	Какао на молоке	151	3,483	3,121	14,087	98,382	0,06		1,963	181,542	0,181
268	Бутерброды с маслом+	5,02/26,897	2,24	6,903	13,367	124,343	0,046	0,027		8,503	0,567
	<b>Итого:</b>	<b>334</b>	<b>8,34</b>	<b>12,842</b>	<b>38,527</b>	<b>303,862</b>	<b>0,167</b>	<b>0,259</b>	<b>3,08</b>	<b>411,331</b>	<b>0,97</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,28	Апельсины+	76	0,684	0,152	6,156	27,497	0,03	0,002	45,6	25,84	0,228
	<b>Итого:</b>	<b>76</b>	<b>0,684</b>	<b>0,152</b>	<b>6,156</b>	<b>27,497</b>	<b>0,03</b>	<b>0,002</b>	<b>45,6</b>	<b>25,84</b>	<b>0,228</b>
<b>Обед</b>											
0,13	Сметана в суп+	7	0,158	0,525	0,158	5,933			0,035	4,725	
65,1	БОРЩ	150	1,1	2,9	6,1	53,9	0,02	0,02	5,31	24,26	0,62
60,2	Икра морковная+	40	1,1	3,7	5,8	57,3	0,02	0,02	3,31	17	0,76
220,1	Мясо для супа+	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3
222	Зелень в суп+	1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04
0,01	Соль+	3								11,04	0,087
227,1	Плов из отварной говядины+	180	11,7	12,96	34,5	301,6	0,1		6,12	26,9	2,48
0,44	Сок фруктовый+	155	0,465		21,38	83,101	0,031	0,01	3,1	27,89	0,62
0,09	Хлеб ржаной+	37	2,442	0,444	12,654	65,518	0,065	0,028		12,95	1,443
	<b>Итого:</b>	<b>593</b>	<b>22,189</b>	<b>23,934</b>	<b>80,631</b>	<b>619,051</b>	<b>0,246</b>	<b>0,113</b>	<b>20,375</b>	<b>136,34</b>	<b>6,35</b>
<b>Полдник</b>											
37,1	Молоко кипяченое+	202	5,252	5,387	9,561	104,771	0,054	0,215	1,05	206,552	0,094
334	Плюшка Новомосковская	50	3,417	3	27,208	150	0,072		0,026	15,083	0,55
	<b>Итого:</b>	<b>252</b>	<b>8,669</b>	<b>8,387</b>	<b>36,77</b>	<b>254,771</b>	<b>0,126</b>	<b>0,215</b>	<b>1,076</b>	<b>221,635</b>	<b>0,644</b>
<b>Ужин</b>											
215,1	Огурцы свежие порциями+	50	0,375	0,05	1	5,625	0,013	0,013	3,5	8,5	0,25
183	Соус сметанный+	25	0,2	0,4	1,5	10		0,01	0,03	6,17	0,02
171,2	Запеканка овощная+	159	5,448	6,095	31,842	196,418	0,148	0,127	17,331	64,692	1,781
481	Кисель из брусники	150	0,09	0,06	11,096	45,36			2,25	6,61	0,11
478	Оладьи из печени (запеченные)	49	7,571	5,415	4,99	98,817	0,155	8,175	15,5	7,579	3,561
0,1	Хлеб пшеничный+	27	2,376	0,432	12,312	63,72	0,063	0,027		12,6	1,404
	<b>Итого:</b>	<b>460</b>	<b>16,06</b>	<b>12,452</b>	<b>62,74</b>	<b>419,94</b>	<b>0,379</b>	<b>8,352</b>	<b>38,611</b>	<b>106,15</b>	<b>7,125</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 715</b>	<b>55,942</b>	<b>57,766</b>	<b>224,825</b>	<b>1 625,12</b>	<b>0,947</b>	<b>8,941</b>	<b>108,743</b>	<b>901,296</b>	<b>15,317</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>63,346</b>	<b>56,383</b>	<b>220,037</b>	<b>1 633,619</b>	<b>7,867</b>	<b>2,166</b>	<b>126,042</b>	<b>745,948</b>	<b>13,835</b>

Стоимость рациона 175,11 руб.  
Стоимость по плану 195 руб.  
Средняя стоимость за 10 дней: 187,24 руб.

шеф повар: \_\_\_\_\_ / Красникова Э. Р.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ / Гарафиева Т. З.

бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Колосова А. В.