

" УТВЕРЖДАЮ"

Исполняющий обязанности
Заведующий МАДОУ города
Нижевартовска ДС №
17"Ладушки"

Бабкова О.М.

М. П. 19 мая 2024 г.

Подпись _____

День: 1
Неделя: 2
Сезон: Весна -лето сад 2024
Возрастная категория: Дети сад к1**Ежедневное меню
на 20 мая 2024 г.**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак										
17,4	Суп молочный с крупой (ячневая)	200	3,5	3,7	14,6	107,5	0,06	0,23	1,11	219,82	0,22
	Какао на молоке	180	4,149	3,726	16,547	116,289	0,08	40	2,6	240,45	0,25
501	Бутерброд с повидлом (на батоне)	29,875/10,1	2,3	0,9	21,8	104,2	0,03	0,01	0,05	7,1	0,49
	Итого:	420	9,949	8,326	52,947	327,989	0,17	40,24	3,76	467,37	0,96
	Завтрак 2ой										
0,29	Яблоко	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2
	Итого:	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2
	Обед										
64,1	Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	0,01	0,02	2,37	19,8	0,76
231	Суп с рыбными консервами	200	6,88	6,72	11,464	133,8	0,01	0,145	9,11	45,3	1,26
250,1	Котлеты из говядины	80	12,9	7,8	7,8	152	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
330,1	Горох отварной	150	12,804	4,074	29,25	205,5	0,567	0,567		89,925	4,815
183	Соус сметанный	30	0,46	0,62	1,7	14,56	0,01	0,01	0,01	6,62	0,05
0,01	Соль	5								18,4	0,145
0,2	Чеснок	3	0,195	0,015	0,897	4,5	0,002	0,002	0,3	5,4	0,045
123,3	Компот из замороженных плодов (ягод)	180	0,63	0,54	30,884	122,364	0,009	0,009	59,4	6,192	0,855
0,09	Хлеб ржаной	52	3,432	0,624	17,784	92,05	0,094	0,042		18,2	2,028
	Итого:	760	38,161	24,043	104,799	781,114	0,752	0,895	71,302	240,487	10,783
	Полдник										
281,1	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	92	0,04	0,023	0,54	223,2	0,18
270,2	Гренки с сыром	60	11,765	10,901	45,029	325,661	0,106	0,092	0,524	207,864	1,172
	Итого:	240	16,985	15,401	52,589	417,661	0,146	0,115	1,064	431,064	1,352
	Ужин										
311,1	Томаты в собственном соку порциями	60	0,66	0,06	2,1	36	0,012	0,018	13,5	9	0,72
291,2	Запеканка картофельная с печенью	180	11,453	7,031	30,746	231,75	0,27	0,9	6,109	26,775	4,174
33	Чай с сахаром	180	0,18		0,04	44,1		0,01	0,1	4,4	0,86
0,1	Хлеб пшеничный	29	2,204	0,261	13,537	66,584	0,046	0,017		6,67	0,551
	Итого:	449	14,497	7,352	46,423	378,434	0,328	0,945	19,709	46,845	6,305
	Итого за день:	1 969	79,631	55,162	266,559	1 947,878	1,426	42,215	260,835	1 201,766	21,6
	Итого среднее за 10 дней:		74,377	60,628	286,145	1 994,638	1,021	24,314	174,516	984,686	19,671

Стоимость рациона 215 руб.

Стоимость по плану 215 руб.

стоимость за 10

дней: 215 руб.

Шеф-повар: _____ / Сердюкова Н. Ф.

Мед. работник: _____ / Кузнецова Е. .

Бухгалтер: _____ / Чернышова А. А.

" УТВЕРЖДАЮ"

Исполняющий обязанности
Заведующий МАДОУ города
Нижневартовска ДС №
17"Ладушки"
Бабкова О.М.

М. П. 19 мая 2024 г.

Подпись _____

День: 1
Неделя: 2
Сезон: Весна-лето ясли 2024
Возрастная категория: Дети ясли к1**Ежедневное меню
на 20 мая 2024 г.**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак										
17,4	Суп молочный с крупой (ячневая)	150	2,6	2,8	11	80,6	0,05	0,17	0,84	164,78	0,17
	Какао на молоке	150	3,46	3,1	13,994	97,73	0,06	30	1,95	180,34	0,18
501	Бутерброд с повидлом (на батоне)	25/8,65 7	1,955	0,765	18,53	88,57	0,029	0,01	0,049	6,897	0,476
	Итого:	334	8,015	6,665	43,524	266,9	0,139	30,18	2,839	352,017	0,826
	Завтрак 2ой										
0,29	Яблоко	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,029	0,02	165	16	2,2
	Итого:	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,029	0,02	165	16	2,2
	Обед										
64,1	Салат из свеклы	60	0,855	3,66	5,01	56,34	0,015	0,015	2,37	19,8	0,75
231	Суп с рыбными консервами	150	5,16	5,04	8,6	100,35	0,06	0,087	5,47	27,18	0,76
250,1	Котлеты из говядины	60	9,7	5,9	5,9	114	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66
204,1	Гречка рассыпчатая	100	5,733	4,06	25,76	162,5	0,16	0,086		13,03	3,06
183	Соус сметанный	25	0,4	0,5	1,4	12,1		0,01	0,01	5,52	0,04
0,01	Соль	3								11,04	0,087
123,3	Компот из замороженных плодов (ягод)	150	0,6	0,4	26,012	103,22	0,01	0,01	49,5	5,16	0,71
0,09	Хлеб ржаной	41	2,706	0,492	14,022	72,601	0,072	0,031		14,35	1,599
	Итого:	589	25,154	20,052	86,704	621,111	0,357	0,319	57,44	120,6	7,666
	Полдник										
281,1	Ряженка	160	4,64	4	6,72	81,067	0,032	0,021	0,48	198,4	0,16
270,2	Гренки с сыром	40	8,715	8,075	33,355	241,229	0,077	0,068	0,388	153,973	0,868
	Итого:	200	13,355	12,075	40,075	322,296	0,109	0,089	0,868	352,373	1,028
	Ужин										
311,1	Томаты в собственном соку порциями	50	0,55	0,05	1,75	30	0,01	0,015	11,25	7,5	0,6
291,2	Запеканка картофельная с печенью	160	10,191	5,218	27,138	196,062	0,246	0,812	5,44	23,385	3,717
33	Чай с сахаром	150	0,16		0,03	40,8		0,01	0,08	4,04	0,67
0,1	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,053	0,023		10,5	1,17
	Итого:	390	12,881	5,628	39,178	319,962	0,309	0,86	16,77	45,425	6,157
	Итого за день:	1 613	59,444	44,46	219,281	1 572,948	0,943	31,468	242,917	886,415	17,877
	Итого среднее за 10 дней:		58,098	50,573	210,47	1 527,632	14,94	14,73	143,977	789,219	15,097

Стоимость рациона 185 руб.

Стоимость по плану 185 руб.

Средняя стоимость
за 10 дней: 185 руб.

Шеф-повар: _____ / Сердюкова Н. Ф.

Мед. работник: _____ / Кузнецова Е. .

Бухгалтер: _____ / Чернышова А. А.