

День: 4
Неделя: 1
Сезон: Весна-лето сад
Возрастная категория: Дети сад к2

"УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ города
Нижевартовска ДС № 68
"Ромашка"
Градюк Т. Н.
М. П. 1 июня 2022 г.
Подпись _____

**Ежедневное меню
на 2 июня 2022 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
Завтрак											
18,1	Суп молочный с макаронными изделиями+	191	4,107	3,629	15,376	112,977	0,076	0,201	0,936	186,741	0,306
35,1	Кофейный	183	2,288	1,464	13,099	70,693	0,055	0,229	1,052	37,387	0,54
268	Бутерброды с маслом+	5,676/2 5,239	2,053	6,326	12,249	113,946	0,042	0,025		7,792	0,519
	Итого:	405	8,447	11,419	40,724	297,615	0,173	0,454	1,988	231,919	1,365
Завтрак 2ой											
0,34	Вода питьевая+	201								9,045	0,002
0,31	Черешня+	120	1,32	0,48	12,72	57,936	0,012	0,012	18	39,6	2,16
	Итого:	321	1,32	0,48	12,72	57,936	0,012	0,012	18	48,645	2,162
Обед											
485	Салат	60	3,3	7,96	2,42	94,48	0,031		2,37	114,98	0,544
68,1	Борщ с фасолью+	200	2,8	4,04	9,168	84,72	0,048	0,04	5,424	35,76	1,16
220,1	Мясо для супа+	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32
222	Зелень в суп+	1	0,026	0,006	0,04	0,3		0,002	1	2,23	0,016
250,2	Биточки+	76	12,255	7,41	7,41	144,4	0,048	0,095	0,106	29,118	0,784
221,1	Свекла, тушенная в сметанном	150	3,1	0,76	14,14	155	0,38	0,09	1,99	71,1	2,04
273	Напиток	190	0,323	0,171	29,726	126,464			1,216	8,208	1,976
0,09	Хлеб ржаной+	42	2,772	0,504	14,364	74,348	0,076	0,034		14,7	1,638
	Итого:	739	29,776	24,211	77,268	730,512	0,593	0,293	12,106	282,096	8,478
Полдник											
148,1	Ватрушка с творогом+	67	9,454	2,382	30,597	172,339	0,104	0,119	0,119	43,595	1,065
37,1	Молоко кипяченое+	203	5,177	5,38	9,541	104,951	0,051	0,162	1,056	223,706	0,102
	Итого:	270	14,631	7,762	40,138	277,29	0,155	0,282	1,175	267,301	1,166
Ужин											
187,1	Суфле из капусты+	246	16,039	31,193	24,305	431,779	0,118	0,305	45,687	323,756	2,893
34,1	Чай с лимоном+	200	0,22	0,1	14,58	59	0,003	0,003	2,9	8,2	0,907
0,1	Хлеб пшеничный+	41	3,895	0,461	23,924	117,67	0,082	0,031		11,788	0,974
	Итого:	487	20,154	31,754	62,808	608,449	0,203	0,339	48,587	343,743	4,774
	Итого за день:	2 222	74,328	75,625	233,657	1 971,803	1,136	1,379	81,856	173,704	17,944
	Итого среднее за 10 дней:		82,942	67,272	350,014	2 032,974	1,111	3,738	176,935	953,541	19,007

Стоимость рациона руб.
Стоимость по плану 175 руб.
Средняя стоимость за 10 дней: 227,86 руб.

Повар: _____/

Врач(диетсестра): *Ромашка* _____/

Бухгалтер: _____/