

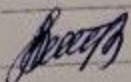
" УТВЕРЖДАЮ"
 Заведующий МАДОУ города
 Нижнеартовска ДС № 68
 "Ромашка"
 Градюк Т. Н.
 М. П. 5 июня 2022 г.
 Подпись _____

День: 1
 Неделя: 2
 Сезон: Весна-лето сад
 Возрастная категория: Дети сад №2

Ежедневное меню на 6 июня 2022 г.

№ рецептур уры	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											
0,42	Суп молочный с крупой (гречка)+	185	3,238	3,423	13,505	99,438	0,056	0,213	1,027	203,334	0,204
0,25	Батон нарезной+	37	2,812	0,333	17,279	84,974	0,059	0,022		8,51	0,703
34	Чай с молоком+	180	1,71	1,71	13,32	75,51	0,018	0,072	0,432	67,5	1,071
	Итого:	402	7,76	5,466	44,104	259,922	0,133	0,307	1,459	279,344	1,978
Завтрак 2ой											
0,28	Апельсины+	119	1,071	0,238	9,639	43,054	0,048	0,036	71,4	40,46	0,357
0,34	Вода питьевая+	201								9,045	0,002
	Итого:	320	1,071	0,238	9,639	43,054	0,048	0,036	71,4	49,505	0,359
Обед											
215,1	Огурцы свежие порциями+	60	0,4	0,06	1,1	6,6	0,02	0,01	4,2	10,2	0,3
73,1	Щи из свежей капусты+	200	1,6	3,904	5,704	63,104	0,026	0,026	11,133	35,093	0,528
0,13	Сметана в суп+	11	0,33	1,1	0,303	12,43		0,028	0,069	9,9	0,028
227,1	Плов из отварной говядины+	200	13,035	14,4	38,322	335,2	0,113		6,8	29,939	2,757
273	Напиток	180	0,306	0,162	28,161	119,808			1,152	7,776	1,872
0,09	Хлеб ржаной+	42	2,772	0,504	14,364	74,348	0,076	0,034		14,7	1,638
	Итого:	693	18,443	20,13	87,953	611,49	0,235	0,098	23,354	107,608	7,122
Полдник											
0,14	Печенье+	50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
37,1	Молоко кипяченое+	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
	Итого:	250	6,78	7,955	26,14	201,09	0,067	0,172	1,04	226,92	0,572
Ужин											
246,4	Горбуша, запеченная с картофелем порусски+	200	12,39	9,59	16,45	202			21,17	56,08	1,14
0,1	Сок тыквенный+	204					0,086	0,032		12,363	1,021
	Хлеб пшеничный+	43	4,085	0,484	25,091	123,41	0,086	0,032	21,17	68,443	2,161
	Итого:	447	16,475	10,074	41,541	325,41	0,172	0,064	118,422	731,819	12,192
	Итого за день:	2 112	50,528	43,862	209,377	1 440,966	0,568	0,644	176,93	951,021	18,916
	Итого среднее за 10 дней:		82,546	66,893	346,927	2 015,674	1,105	3,733			

Стоимость рациона руб.
 Стоимость по плану 175 руб.
 Средняя стоимость за 10 дней 222,99 руб.

Повар: _____
 Врач(диетсестра):  _____
 Бухгалтер: _____