

День: 2
 Неделя: 1
 Сезон: Весна-лето сад
 Возрастная категория: Дети сад к2

" УТВЕРЖДАЮ"
 Заведующий МАДОУ города
 Нижневартоска ДС № 68
 "Ромашка"
 Градох Т. Н.
 М. П. 13 июня 2022 г.
 Подпись _____

**Ежедневное меню
 на 14 июня 2022 г.**

№ рецепт уры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетиче ская ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак										
17,4	Суп молочный с крупой (ячневая)++	191	3,343	3,534	13,943	102,663	0,057	0,22	1,06	209,928	0,21
36	Какао на молоке+	182	6,179	7,171	20,699	167,704	0,082	0,291	2,366	221,176	0,819
268	Бутерброды с маслом+	5,676/2 5,219	2,053	6,326	12,249	113,946	0,042	0,025		7,792	0,519
	Итого:	404	11,574	17,03	46,891	384,312	0,181	0,536	3,426	438,895	1,549
	Завтрак 2ой										
0,34	Вода питьевая+	203								9,135	0,002
0,29	Яблоко+	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2
	Итого:	303	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	25,135	2,202
	Обед										
60,2	Икра морковная+	60	1,7	5,5	8,7	85,9	0,02	0,03	4,96	25,5	1,14
82,1	Суп крестьянский с крупой+	250	2,5	5,3	13,3	112,5	0,06	0,03	8,38	28,5	0,82
220,1	Мясо для супа+	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32
236	Печень по – строгановски+	80	9,49	8,42	5,76	136,8	0,19		20,37	26,42	4,28
204,1	Гречка рассыпчатая+	150	9,02	2,34	45,59	216,11	0,24	0,13		19,55	4,59
230,1	Масло сливочное для подачи к блюдам+	10	0,08	7,25	0,13	66,06		0,01		2,4	0,02
132	Кисель из кураги+	180	0,9		34,115	145,764		0,027	0,036	22,194	0,531
0,09	Хлеб ржаной+	51	3,366	0,612	17,442	90,28	0,092	0,041		17,85	1,989
	Итого:	801	32,256	32,782	125,037	904,214	0,612	0,3	33,746	148,414	13,69
	Полдник										
37,1	Молоко кипяченое+	202	5,151	5,353	9,494	104,434	0,051	0,162	1,05	222,604	0,101
302,1	Сырная палочка+	50	6,14	18,31	24,91	289,2	0,069	0,069	0,11	97,22	0,589
	Итого:	252	11,291	23,663	34,404	393,634	0,119	0,23	1,16	319,824	0,69
	Ужин										
26,1	Запеканка из творога с морковью+	210	25,137	27,388	35,585	481,1	0,116	0,462	1,659	286,514	1,407
	молоко сгущеное	27									
123,2	Компот из свежих плодов груш+	200	0,16		12,104	50,24	0,006	0,001	0,86	15,94	0,98
0,1	Хлеб пшеничный+	27	2,565	0,304	15,755	77,49	0,054	0,02		7,763	0,641
	Итого:	464	27,862	27,692	63,443	608,83	0,176	0,483	2,519	310,216	3,028
	Итого за день:	2 224	83,023	101,207	279,575	2 333,67	1,118	1,569	205,851	242,484	21,158
	Итого среднее за 10 дней:		82,046	67,07	343,536	2 006,859	1,095	3,734	177,126	948,708	18,795

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

Повар: _____ /

Врач(диетсестра): СММ /

Бухгалтер: _____ /