

День: 3  
Неделя: 2  
Сезон: Весна-лето сад  
Возрастная категория: Дети сад №2

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ города  
Нижевартовска ДС № 68  
"Ромашка"  
Градова Т. Н.  
М. П. 25 июня 2022 г.  
Подпись \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню  
на 22 июня 2022 г.**

№ рецептурной	Применение блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральное вещество, мг	
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	<b>Завтрак</b>										
	Каша манная молочная+	182	7,189	4,732	31,304	198,198	0,073	0,191	0,874	180,544	0,391
6,1	Чай с сахаром+	180	0,18		0,036	44,1		0,009	0,09	3,96	0,774
33	Бутерброды с маслом+	30,868/7	2,516	7,754	15,015	139,676	0,051	0,031		9,551	0,637
268	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>9,885</b>	<b>12,486</b>	<b>46,355</b>	<b>381,974</b>	<b>0,124</b>	<b>0,231</b>	<b>0,964</b>	<b>194,055</b>	<b>1,802</b>
	<b>Завтрак 2ой</b>									9,135	0,002
0,34	Вода питьевая+	203								29,58	0,261
0,28	Апельсины+	87	0,783	0,174	7,047	31,477	0,035	0,026	52,2	38,715	0,263
	<b>Итого:</b>	<b>290</b>	<b>0,783</b>	<b>0,174</b>	<b>7,047</b>	<b>31,477</b>	<b>0,035</b>	<b>0,026</b>	<b>52,2</b>	<b>38,715</b>	<b>0,263</b>
	<b>Обед</b>										
	Помидоры свежие порциями+	60	0,7	0,1	2,3	12,4	0,04	0,02	15	8,4	0,54
216,1	Суп из овощей+	250	1,88	5	11	97,88	0,066	0,05	8,883	25,3	0,766
83,1	Мясо для супа+	25	6,5	4,2		63,5	0,013	0,04		7,5	0,4
220,1	Зелень в суп+	4	0,104	0,024	0,16	1,2		0,008	4	8,92	0,064
222	Язык отварной	87	19,477	12,202		186,398	0,055	0,016		37,9	1,487
492	Гречка рассыпчатая+	150	9,02	2,34	45,59	216,11	0,24	0,13		19,55	4,59
204,1	Масло сливочное для подачи к блюдам+	10	0,08	7,25	0,13	66,06		0,01		2,4	0,02
230,1	Напиток из плодов шиповника+	200	0,7		18,312	71,02	0,01	0,13	220	12,4	5,06
143,1	Хлеб ржаной+	41	2,706	0,492	14,022	72,578	0,074	0,033		14,35	1,599
0,09	<b>Итого:</b>	<b>827</b>	<b>41,167</b>	<b>31,608</b>	<b>91,514</b>	<b>787,146</b>	<b>0,508</b>	<b>0,437</b>	<b>247,883</b>	<b>136,72</b>	<b>14,526</b>
	<b>Полдник</b>										
340,1	Пирожки простые печеные с джемом	47	2,717	1,1	27,053	128,78	0,047	0,028	0,075	8,836	0,517
1	Молоко кипяченое+	204	5,202	5,406	9,588	105,468	0,051	0,163	1,061	224,808	0,102
37,1	<b>Итого:</b>	<b>251</b>	<b>7,919</b>	<b>6,506</b>	<b>36,641</b>	<b>234,248</b>	<b>0,098</b>	<b>0,191</b>	<b>1,136</b>	<b>233,644</b>	<b>0,619</b>
	<b>Ужин</b>										
	Макаронник с печенью*+	160	15,31	7,32	36,01	271	0,25	1,17	5,57	26,1	5,14
242	Соус молочный (для подачи к блюдам)+	20	0,4	0,96	1,52	16,16	0,008	0,016	0,056	11,984	0,032
181,1	Компот из свежих плодов (яблоко)+	200	0,7	0,6	39,306	155,86	0,01	0,01	66	6,88	0,95
23,1	Хлеб пшеничный+	30	2,85	0,338	17,505	86,1	0,06	0,023		8,625	0,713
0,1	<b>Итого:</b>	<b>410</b>	<b>19,26</b>	<b>9,218</b>	<b>94,341</b>	<b>529,12</b>	<b>0,328</b>	<b>1,219</b>	<b>71,626</b>	<b>53,589</b>	<b>6,835</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>2 178</b>	<b>79,014</b>	<b>59,991</b>	<b>275,898</b>	<b>1 963,964</b>	<b>1,093</b>	<b>2,104</b>	<b>373,809</b>	<b>656,724</b>	<b>24,044</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>82,046</b>	<b>67,07</b>	<b>343,536</b>	<b>2 006,859</b>	<b>1,095</b>	<b>3,734</b>	<b>177,126</b>	<b>948,708</b>	<b>18,795</b>

Стоимость рациона руб.  
Стоимость по плану 175 руб.  
Средняя стоимость за 10 дней: 198,57 руб.

Повар: \_\_\_\_\_

Врач(диетсестра): *О.М.*

Бухгалтер: \_\_\_\_\_