

День: 2
Неделя: 2
Сезон: весна-лето ясли
Возрастная категория: Дети ясли №2

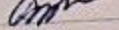
" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ города
Нижевартовска ДС № 68
"Ромашка"
Градюк Т. Н.
М. П.
Подпись: _____
6 июня 2022 г.

**Ежедневное меню
на 7 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		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
146,1	Пудинг из творога+	108	14,105	14,785	26,32	289,159	0,059	0,24	0,179	131,522	1,037	
184,1	Соус	25	0,2		16,5	63,2		0,01	0,05	4,65	0,13	
35,1	Кофейный	170	2,153	1,36	12,14	65,643	0,057	0,215	0,986	202,708	0,499	
268	Бутерброды с маслом+	5/30,53 9	2,52	7,766	15,038	139,886	0,051	0,031		9,566	0,638	
	Итого:	339	18,978	23,911	69,998	557,888	0,167	0,496	1,215	348,446	2,303	
	Завтрак 2ой									6,84	0,001	
0,34	Вода питьевая+	152					0,032	0,081	8,1	6,48	0,972	
0,02	Бананы+	81	1,215	0,081	17,01	70,713	0,032	0,081	8,1	13,32	0,973	
	Итого:	233	1,215	0,081	17,01	70,713						
	Обед								2,8	6,8	0,2	
215,1	помидоры свежие	40	0,3	0,04	0,8	4,5	0,01	0,01				
88,1	Суп картофельный с мясными фрикадельками+	150	1,4	1,1	10,5	59,7	0,06	0,04	5,56	12,4	0,64	
71,1	мясные+	15	3,948	1,848	0,174	32,97	0,012	0,03	0,078	3,048	0,246	
222	Зелень в суп+	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	
255,2	Голубцы ленивые	150	10,02	12,51	11,9	200,08	0,078		37,09	52,15	2,18	
208,1	Кисель из яблок сушеных с клюквой+	130	0,087		19,507	66,543			0,286	9,152	0,425	
0,09	Хлеб ржаной+	32	2,112	0,384	10,944	56,664	0,056	0,024		11,2	1,248	
	Итого:	519	17,917	15,892	53,905	421,057	0,216	0,114	50,814	105,9	5,019	
	Полдник								1,04	220,4	0,1	
37,1	Молоко кипяченое+	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16				
301	Булочка российская+	50	3,543	2,414	32,664	166,5	0,057	0,057	0,036	14,036	0,491	
	Итого:	250	8,643	7,714	42,064	269,9	0,107	0,217	1,076	234,436	0,591	
	Ужин								28,81	35,06	1,1	
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	150	2,23	6,13	13,78	118,8	0,11	0,11				
33	Чай с сахаром+	180	0,192		0,036	48,96		0,012	0,096	4,848	0,804	
0,1	Хлеб пшеничный+	35	3,08	0,56	15,96	82,6	0,082	0,035		16,333	1,82	
	Итого:	365	5,502	6,69	29,776	250,36	0,192	0,157	28,906	56,241	3,724	
	Итого за день:	1 706	52,255	54,288	212,753	1 569,917	0,715	1,065	90,111	758,343	12,61	
	Итого среднее за 10 дней:		64,199	53,415	265,077	1 506,03	0,885	1,09	147,984	777,971	15,083	

Стоимость рациона руб.
Стоимость по плану 145 руб.
Средняя стоимость за 10 дней: 181,85 руб.

Повар: _____

Врач-диетсестра:  _____

Бухгалтер: _____