

День: 4  
 Неделя: 1  
 Сезон: весна-лето ясли  
 Возрастная категория: Дети ясли №2

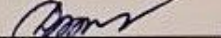
" УТВЕРЖДАЮ"  
 Заведующий МАДОУ города  
 Нижневартовска ДС № 68  
 "Ромашка"  
 Градюк Т. Н.  
 М. П. 15 июня 2022 г.  
 Подпись \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню  
 на 16 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
<b>Завтрак</b>											
18,1	Суп молочный с макаронными изделиями+	156	3,328	2,912	12,584	92,248	0,062	0,166	0,759	152,443	0,25
34	Чай с молоком+	150	1,6	1,6	12,4	70,4	0,01	0,06	0,36	56,25	0,89
268	Бутерброды с маслом+	5/31,359	2,52	7,766	15,038	139,886	0,051	0,031		9,566	0,638
	<b>Итого:</b>	<b>342</b>	<b>7,448</b>	<b>12,278</b>	<b>40,022</b>	<b>302,534</b>	<b>0,124</b>	<b>0,257</b>	<b>1,119</b>	<b>218,259</b>	<b>1,777</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,23	Груша+	75	0,3	0,022	7,125	30,412	0,015	0,022	3,75	14,25	1,725
	<b>Итого:</b>	<b>75</b>	<b>0,3</b>	<b>0,022</b>	<b>7,125</b>	<b>30,412</b>	<b>0,015</b>	<b>0,022</b>	<b>3,75</b>	<b>14,25</b>	<b>1,725</b>
<b>Обед</b>											
215,1	Огурцы свежие порциями+	40	0,3	0,04	0,8	4,5	0,01	0,01	2,8	6,8	0,2
68,1	Борщ с фасолью+	150	2,1	3,03	6,88	63,54	0,04	0,03	4,07	26,82	0,87
220,1	Мясо для супа+	15	3,9	2,55		38,55	0,008	0,023		4,5	0,225
222	Зелень в суп+	3	0,075	0,015	0,12	0,9		0,015	7,5	16,725	0,12
250,2	Биточки+	60	9,7	5,9	5,9	114	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66
221,1	Свекла, тушенная в сметанном	113	2,335	0,573	10,65	116,767	0,286	0,068	1,499	53,562	1,537
139,1	Напиток клюквенный+	130	0,087		13,612	51,445			2,435	2,583	0,147
0,09	Хлеб ржаной+	42	2,772	0,504	14,364	74,372	0,074	0,032		14,7	1,638
	<b>Итого:</b>	<b>553</b>	<b>21,269</b>	<b>12,612</b>	<b>52,326</b>	<b>464,074</b>	<b>0,457</b>	<b>0,257</b>	<b>18,394</b>	<b>150,21</b>	<b>5,397</b>
<b>Полдник</b>											
148,1	Ватрушка с творогом+	61	8,642	2,135	27,755	156,262	0,092	0,102	0,112	39,731	0,966
37,1	Молоко кипяченое+	152	3,952	4,053	7,195	78,837	0,041	0,162	0,79	155,425	0,071
	<b>Итого:</b>	<b>213</b>	<b>12,594</b>	<b>6,188</b>	<b>34,95</b>	<b>235,099</b>	<b>0,132</b>	<b>0,264</b>	<b>0,902</b>	<b>195,156</b>	<b>1,037</b>
<b>Ужин</b>											
187,1	Суфле из капусты+	177	11,505	22,42	17,503	310,832	0,088	0,226	32,892	233,04	2,075
115,1	Пудинг рыбный+	56	8,867	2,52	3,92	74,013	0,047	0,075	0,429	34,468	0,56
33	Чай с сахаром+	200	0,2		0,04	49		0,01	0,1	4,4	0,86
0,1	Хлеб пшеничный+	41	3,608	0,656	18,696	96,76	0,096	0,041		19,133	2,132
	<b>Итого:</b>	<b>474</b>	<b>24,18</b>	<b>25,596</b>	<b>40,159</b>	<b>530,605</b>	<b>0,231</b>	<b>0,352</b>	<b>33,422</b>	<b>291,041</b>	<b>5,627</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 657</b>	<b>65,79</b>	<b>56,696</b>	<b>174,582</b>	<b>1 562,723</b>	<b>0,959</b>	<b>1,152</b>	<b>57,588</b>	<b>868,916</b>	<b>15,563</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>64,166</b>	<b>53,735</b>	<b>263,463</b>	<b>1 525,723</b>	<b>0,88</b>	<b>1,098</b>	<b>148,48</b>	<b>775,216</b>	<b>15,115</b>

Стоимость рациона руб.  
 Стоимость по плану 145 руб.  
 Средняя стоимость за 10 дней: 171,29 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетсестра):  /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /