

День: 1
 Неделя: 1
 Сезон: Зима - весна сад
 Возрастная категория: Дети сад к1



Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины			Минеральные вещества, мг	
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	В6	Ca	Fe
	Завтрак											
35,1	Кофейный напиток+	15,25	200	2,5	1,6	22,3	109,1	0,06	0,25	1,15	40,86	0,59
8,1	Каша кукурузная молочная+	12,92	200	11,6	5,5	50,8	303,2	0,11	0,23	0,93	197,43	1,68
0,25	Батон нарезной+	202,2	50	3,8	0,45	23,35	114,83	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:			17,9	7,55	96,45	527,13	0,25	0,51	2,08	249,79	3,22
	Завтрак 2ой											
0,29	Яблоко+	8,86	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2
0,34	Вода питьевая+	7,2	200								9	0,002
	Итого:			0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	25	2,202
	Обед											
0,09	Хлеб ржаной+	226,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
65,1	Борщ+	4,46	250	1,75	4,88	10,12	90	0,033	0,033	8,85	40,43	1,033
164,1	Картофель отварной+	6,2	150	2,98	3,52	23,01	143,54	0,14	0,1	12,37	15,02	1,26
273	Напиток "Валитек"+	5,39	200	0,34	0,18	31,29	133,12			1,28	8,64	2,08
220,1	Мясо для супа+	14,94	25	6,5	4,2		63,5	0,013	0,04		7,5	0,4
230	Масло сливочное для подачи к блюдам+	4,8	10	0,1	7,3	0,1	66,06		0,01		2,4	0,02
250,2	Биточки+	90,56	80	12,9	7,8	7,8	152	0,05	0,1	0,112	30,55	3,325
	Салат из консервированных овощей+	5,58	60	1,19	3,09	2,97	44,84	0,04	0,02	4,74	12,65	0,38
276												
0,13	Сметана в суп+	1	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
183	Соус сметанный+	0,99	30	0,46	0,62	1,7	14,56	0,01	0,01	0,01	6,62	0,05
	Итого:			29,76	32,99	94,31	805,17	0,376	0,373	27,412	148,61	8,018
	Полдник											
37,1	Молоко кипяченое+	11,01	180	4,59	4,77	8,46	93,06	0,045	0,144	0,936	198,36	0,09
266	Бутерброды с джемом+	123,28	20/30	2,51	3,93	28,88	161	0,05	0,03	0,48	10,5	0,69
	Итого:			7,1	8,7	37,34	254,06	0,095	0,174	1,416	208,86	0,78
	Ужин											
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	8,35	180	2,673	7,393	16,533	142,92	0,126	0,126	34,56	42,066	1,314
0,1	Хлеб пшеничный+	90	20	1,9	0,225	11,67	57,4	0,04	0,015		5,75	0,475
139,1	Напиток клюквенный+	8,49	200	0,1		24,9	95,13	0,01	0,01	3,75	3,98	0,22
	Итого:			4,673	7,578	53,103	295,45	0,176	0,151	38,31	51,796	2,009
	Итого за день:			59,473	56,858	291,003	1 924,49	0,927	1,228	234,218	684,056	16,229

Стоимость рациона: _____ руб.
 Стоимость по плану: 847,68 руб.
 Стоимость за 10: 788,02 руб.
 Старшая медсестра: _____

Бухгалтер: _____

День: 2
 Неделя: 1
 Сезон: Зима - весна сад
 Возрастная категория: Дети сад к1



Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	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+	26,52	120	15,68	16,43	29,24	321,29	0,066	0,266	0,2	146,14	2,61
34	Чай с молоком+	4,34	200	1,9	1,9	14,8	83,9	0,02	0,08	0,48	75	1,19
268	Бутерброды с маслом+	124,68	7/30	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62
182,1	Соус молочный (сладкий)+	1,36	25	0,2	0,4	1,5	10		0,01	0,03	6,17	0,02
	Итого:			20,23	26,28	60,16	551,19	0,136	0,386	0,71	236,61	4,44
	Завтрак 2ой											
0,23	Груша+	13,87	80	0,32	0,024	7,6	32,44	0,016	0,024	4	15,2	1,84
0,34	Вода питьевая+	7,2	200								9	0,002
	Итого:			0,32	0,024	7,6	32,44	0,016	0,024	4	24,2	1,842
	Обед											
0,09	Хлеб ржаной+	226,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
222	Зелень в суп+	1,8	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
234,4	Рыба семга припущенная+	95,17	80	16	6,48		122,4	0,184	0,2	0,8	12	0,64
	Суп картофельный с мясными фрикадельками+	6,17	250	2,38	1,75	17,5	99,63	0,1	0,066	9,26	20,66	1,06
71,1	Фрикадельки мясные+	11	25	6,58	3,08	0,29	54,95	0,02	0,05	0,13	5,08	0,41
105	Рис отварной+	5,75	150	3,64	4,18	35,17	210,45	0,03	0,02		5,26	0,5
0,44	Сок фруктовый+	12,96	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
216,1	Помидоры свежие порциями+	11,65	60	0,7	0,1	2,3	12,4	0,04	0,02	15	8,4	0,54
314,1	Соус томатный+	3,28	80	1,36	3,6	6,24	64	0,016	0,016	2,24	16	0,56
	Итого:			35,09	20,02	106,4	761,12	0,52	0,442	36,43	136,05	6,54
	Полдник											
0,14	Печенье+	17,95	50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
0,24	Йогурт+	8,08	95	6,25	1,875	4,375	58,5		0,037	0,75	155	0,125
	Итого:			7,93	4,53	21,115	156,19	0,017	0,049	0,75	161,52	0,597
	Ужин											
0,1	Хлеб пшеничный+	45	10	0,95	0,113	5,835	28,7	0,02	0,008		2,875	0,238
187,1	Суфле из капусты+	19,88	180	11,736	22,824	17,784	315,936	0,086	0,223	33,43	236,894	2,117
215,1	Огурцы свежие порциями+	6,32	50	0,333	0,05	0,917	5,5	0,017	0,008	3,5	8,5	0,25
133	Кисель из плодов шиповника+	2,6	200	0,3		31,3	131,3		0,04	35,2	8,75	1,86
	Итого:			13,319	22,986	55,836	481,436	0,123	0,279	72,13	257,019	4,464
	Итого за день:			76,889	73,84	251,111	1 982,376	0,812	1,18	114,02	815,399	17,883

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 651,78 руб.
 Стоимость за 10: 788,02 руб.
 Старшая медсестра: _____

Бухгалтер: _____

День: 3
 Неделя: 1
 Сезон: Зима - весна сад
 Возрастная категория: Дети сад к1



Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак												
268	Бутерброды с маслом+	124,68	7/30	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62
2,1	Каша пшеничная молочная+	12,84	200	11,4	6,6	52,3	321,2	0,24	0,21	0,92	199,33	1,66
36	Какао на молоке+	13,24	200	6,79	7,88	25,74	196,23	0,09	0,32	2,6	243,05	0,9
Итого:				20,64	22,03	92,66	653,43	0,38	0,56	3,52	451,68	3,18
Завтрак 2ой												
0,34	Вода питьевая+	7,2	200								9	0,002
0,21	Мандарины+	15,51	70	0,56	0,14	5,25	26,6	0,042	0,021	26,6	24,5	0,07
Итого:				0,56	0,14	5,25	26,6	0,042	0,021	26,6	33,5	0,072
Обед												
0,09	Хлеб ржаной+	226,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
220,1	Мясо для супа+	11,95	20	5,2	3,36	50,8	50,8	0,01	0,032		6	0,32
222	Зелень в суп+	1,8	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
73,1	Щи из свежей капусты+	4,36	250	2	4,88	7,13	76,88	0,033	0,033	13,916	43,866	0,66
0,13	Сметана в суп+	1	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
485	Салат «Солнышко»	7,61	60	3,3	7,96	2,42	94,48	0,031		2,37	114,98	0,544
121,1	Рулет из говядины+	74,23	80	13,6	6,8	6,7	142,2	0,06	0,15	0,25	35,41	1,04
221,2	Свекла, тушенная в сметанном соусе+	7,42	150	3,99	7,44	23,61	162,34	0,04	0,09	7,56	86,98	2,5
132	Кисель из кураги+	4,69	200	1		40,9	173,9		0,03	0,04	24,66	0,59
Итого:				32,76	31,87	98,28	801,65	0,264	0,405	29,186	347,746	7,704
Полдник												
37,1	Молоко кипяченое+	12,24	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
151,2	Булочки с изюмом+	5,02	70	7,044	6,309	44,8	237,615	0,131	0,114	0,158	55,77	1,558
Итого:				12,144	11,609	54,2	341,015	0,181	0,274	1,198	276,17	1,658
Ужин												
0,1	Хлеб пшеничный+	175,5	39	3,705	0,439	22,757	111,93	0,078	0,029		11,213	0,926
0,3	Яйцо отварное+	7,47	60	7,512	6,804	0,414	92,94	0,005	0,02			
275	Компот из консервированных плодов+	10,16	200	0,16		30,334	123,07	0,016	0,032	2,4	8,39	0,439
247,3	Винегрет овощной (с зеленым горошком)++	11,67	150	2,1	11,42	10,93	156,03	0,05	0,05	14,05	42,45	1,13
Итого:				13,477	18,663	64,435	483,97	0,149	0,132	16,45	62,053	2,495
Итого за день:				79,581	84,312	314,825	2 306,665	1,016	1,392	76,954	1 171,149	15,109

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 734,79 руб.
 Стоимость за 10: 788,02 руб.
 Старшая медсестра: _____

Бухгалтер: _____

День: 4
Неделя: 1
Сезон: Зима - весна сад
Возрастная категория: Дети сад к1



Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мкг		Минеральные вещества, мг		
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	Ca	Fe	
Завтрак												
35,1	Кофейный напиток+	15,25	200	2,5	1,6	22,3	109,1	0,06	0,25	1,15	40,86	0,59
349	Бутерброды с икрой лещевой+	122,58	20/10,2/2	4,75	2,97	9,69	84	0,09	0,06	0,24	14,1	0,58
18,1	Суп молочный с макаронными изделиями+	7,58	200	4,3	3,8	16,1	118,3	0,08	0,21	0,98	195,54	0,32
Итого:				11,55	8,37	48,09	311,4	0,23	0,52	2,37	250,5	1,49
Завтрак 2ой												
0,23	Груша+	17,33	100	0,4	0,03	9,5	40,55	0,02	0,03	5	19	2,3
0,34	Вода питьевая+	7,2	200								9	0,002
Итого:				0,4	0,03	9,5	40,55	0,02	0,03	5	28	2,302
Обед												
222	Зелень в суп+	1,8	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
0,09	Хлеб ржаной+	226,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,13	Сметана в суп+	1	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
503	Капуста свежая, тушенная с говядиной	35,38	150	14,8	5,35	8,43	141,04	0,13	1,53	55,86	64,35	2,29
220,1	Мясо для супа+	14,94	25	6,5	4,2		63,5	0,013	0,04		7,5	0,4
216,1	Помидоры свежие порциями+	11,65	60	0,7	0,1	2,3	12,4	0,04	0,02	15	8,4	0,54
80,1	Рассольник ленинградский+	6,16	250	2,38	5,13	37,5	124,5	0,083	0,066	7,05	21	0,93
128	Компот из смеси сухофруктов+	3,06	200	1,5		47,2	185,4	0,02	0,08	2,5	57,9	1,56
Итого:				29,55	16,21	112,95	625,89	0,376	1,806	85,46	195	7,77
Полдник												
37,1	Молоко кипяченое+	12,24	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
0,14	Печенье+	17,95	50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
Итого:				6,78	7,955	26,14	201,09	0,067	0,172	1,04	226,92	0,572
Ужин												
182,1	Соус молочный (сладкий)+	1,63	30	0,24	0,48	1,8	12		0,012	0,036	7,404	0,024
0,1	Хлеб пшеничный+	180	40	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,03		11,5	0,95
16,1	Сырники из творога+	35,81	150	11,1	5,3	13,9	142,5	0,09	0,36	0,33	214,79	1,05
33	Чай с сахаром+	0,89	200	0,2		0,04	49		0,01	0,1	4,4	0,86
Итого:				15,34	6,23	39,08	318,3	0,17	0,412	0,466	238,094	2,884
Итого за день:				63,62	38,795	235,76	1 497,23	0,863	2,94	94,336	938,514	15,018

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 718,65 руб.
Стоимость за 10: 788,02 руб.

Старшая медсестра: _____

Бухгалтер: _____

День: 1
Неделя: 2
Сезон: Зима - весна сад
Возрастная категория: Дети сад к1

" УТВЕРЖДАЮ":
МАДОУ города Нижневартовска ДС
№ 68 "Ромашка"
Градюк Татьяна Николаевна
М. П. 16 марта 2019г
Подпись



Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Р
Завтрак												
17,1	Суп молочный с пшеном++	7,05	200	3,5	3,7	14,6	107,5	0,05	0,17	0,84	184,78	0,59
35,1	Кофейный напиток+	15,25	200	2,5	1,6	22,3	109,1	0,06	0,25	1,15	40,86	0,59
268	Бутерброды с маслом+	124,68	7/30	2,45	7,55	14,62	136	0,06	0,03		9,3	0,62
	Итого:			8,45	12,85	51,52	352,6	0,16	0,45	1,99	214,94	1,38
Завтрак 2ой												
0,28	Апельсины+	14,63	100	0,9	0,2	8,1	36,18	0,04	0,03	60	34	0,3
0,34	Вода питьевая+	7,2	200								9	0,002
	Итого:			0,9	0,2	8,1	36,18	0,04	0,03	60	43	0,302
Обед												
220,1	Мясо для супа+	11,95	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32
119,1	Гуляш из отварной говядины+	27,48	80	19,33	5,74	3,94	142,88	0,09	0,17	1,37	18,34	1,8
1	Масло в кашу+	3,36	7	0,056	5,082	0,084	46,242		0,014		1,88	0,014
222	Зелень в суп+	1,8	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
204,1	Гречка рассыпчатая+	2,38	150	9,02	2,34	45,59	216,11	0,24	0,13		19,55	4,59
56,1	Винегрет овощной+	3,32	60	0,08	4,6	4,4	62,4	0,02	0,02	5,62	16,98	0,45
0,09	Хлеб ржаной+	226,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,13	Сметана в суп+	1	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
273	Напиток "Валитек"+	5,39	200	0,34	0,18	31,29	133,12			1,28	8,64	2,08
83,1	Суп из овощей+	4,56	250	1,88	5	11	97,88	0,066	0,05	8,883	25,3	0,766
	Итого:			39,576	27,732	113,824	848,482	0,516	0,486	22,203	132,34	12,07
Полдник												
270	Горячий бутерброд с сыром+	134,22	25/30/5	8,81	13,39	16,34	224,7	0,007		0,14	202,4	0,16
37,1	Молоко кипяченое+	12,24	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
	Итого:			13,91	18,69	25,74	328,1	0,057	0,16	1,18	422,8	0,26
Ужин												
248	Сельдь с раст. маслом+	26,9	60	8,21	6,74	0,04	92,78				46,32	0,01
34,1	Чай с лимоном+	2,37	200	0,22	0,1	14,58	59	0,003	0,003	2,9	8,2	0,907
0,1	Хлеб пшеничный+	225	50	4,75	0,563	29,175	143,5	0,1	0,038		14,375	1,188
167,2	Картофельное пюре запеченное+	7,91	130	3,406	3,094	22,204	130,28	0,137	0,115	11,427	40,092	1,157
	Итого:			16,586	10,497	65,999	425,56	0,24	0,156	14,327	108,987	3,262
	Итого за день:			79,422	69,969	265,183	1 990,922	1,014	1,282	99,7	922,067	17,274

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 864,89 руб.
Стоимость за 10: 788,02 руб.

Старшая медсестра: *Татьяна Градюк*
Бухгалтер: *Ремонд*

День: 3
Неделя: 2
Сезон: Зима - весна сад
Возрастная категория: Дети сад к1

"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города Нижнего Новгорода
№ 68 "Ромашка" РН
Градлок Татьяна Николаевна
М.П. 6 марта 2019 г.
Подпись



Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак												
6,1	Каша манная молочная+	12,98	200	7,9	5,2	34,4	217,8	0,08	0,21	0,96	198,4	0,43
0,15	Мармелад+	2,4	20	0,02		15,88	64,2				0,8	0,08
33	Чай с сахаром+	0,89	200	0,2		0,04	49		0,01	0,1	4,4	0,86
268	Бутерброды с маслом+	124,68	7/30	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62
	Итого:			10,57	12,75	64,94	467	0,13	0,25	1,06	212,9	1,99
Завтрак 2ой												
0,21	Мандарины+	15,51	70	0,56	0,14	5,25	26,6	0,042	0,021	26,6	24,5	0,07
0,34	Вода питьевая+	7,2	200								9	0,002
	Итого:			0,56	0,14	5,25	26,6	0,042	0,021	26,6	33,5	0,072
Обед												
0,09	Хлеб ржаной+	226,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
222	Зелень в суп+	1,8	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
183	Соус сметанный+	0,83	25	0,383	0,517	1,417	12,133	0,008	0,008	0,008	5,517	0,042
220,1	Мясо для супа+	14,94	25	6,5	4,2		63,5	0,013	0,04		7,5	0,4
30,1	Котлеты рыбные (треска) с морковью+	47,73	80	12,4	4,33	7,02	109,03	0,07	0,14	1,57	45,9	0,97
216,1	Помидоры свежие порциями+	11,65	60	0,7	0,1	2,3	12,4	0,04	0,02	15	8,4	0,54
104,2	Картофельное пюре+	6,75	110	2,332	2,999	15,393	101,941	0,095	0,081	7,927	27,163	0,807
0,04	Сок томатный+	8,6	200	1		24,2	95,96	0,02	0,04	2,4	26	0,4
82,1	Суп крестьянский с крупой+	3,59	250	2,5	5,3	13,3	112,5	0,06	0,03	8,38	28,5	0,82
	Итого:			29,245	18,076	80,929	597,474	0,397	0,409	40,286	177,629	6,008
Полдник												
281,1	Снежок	16	200	5,22	4,5	7,56	92	0,04	0,023	0,54	223,2	0,18
147,1	Блины+	5,71	80	5,42	3,29	33,87	168,09	0,11	0,04		14,63	1,06
0,22	Мёд+	4,2	15	0,12		12,03	46,5			0,3	2,1	0,12
	Итого:			10,76	7,79	53,46	306,59	0,15	0,063	0,84	239,93	1,36
Ужин												
0,1	Хлеб пшеничный+	90	20	1,9	0,225	11,67	57,4	0,04	0,015		5,75	0,475
23,1	Морковь, тушеная с рисом+	9,58	200	3,6	10	34,4	244	0,04	0,04	1,6	20	0,6
123,3	Компот из замороженных плодов (ягод)+	5,66	200	0,7	0,6	42,3	167,8	0,01	0,01	66	6,88	0,95
	Итого:			6,2	10,825	88,37	469,2	0,09	0,065	67,6	32,63	2,025
	Итого за день:			57,335	49,581	292,949	1 866,864	0,809	0,808	136,386	696,589	11,455

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 616,9 руб.
Стоимость за 10: 788,02 руб.
Старшая медсестра: Иванова

Бухгалтер: Резцова

День: 4
Неделя: 2
Сезон: Зима - весна сад
Возрастная категория: Дети сад к1

" УТВЕРЖДАЮ":
МАДОУ города Нижневартовска ДС
№ 68 "Ромашка"
Городок Сатяна Николаевна
М.П. 6 марта 2019 г.
Подпись: _____



Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, м			Минеральные вещества, мг		
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
Завтрак													
17,4	Суп молочный с крупой (ячневая)++	6,93	200	3,5	3,7	14,6	107,5	0,06	0,23	1,11	249,82	0,22	
100	Бутерброд с сыром+	128,02	30/15,957	6,68	8,45	19,39	180	0,07	0,08	0,011	142,4	0,96	
36	Какао на молоке+	13,24	200	6,79	7,88	25,74	196,23	0,09	0,32	2,6	243,05	0,9	
	Итого:			16,97	20,03	59,73	483,73	0,22	0,63	3,721	605,27	2,08	
Завтрак 2ой													
0,34	Вода питьевая+	7,2	200								9	0,002	
0,02	Бананы+	15,83	100	1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,05	10	8	0,6	
	Итого:			1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,05	10	17	0,602	
Обед													
0,09	Хлеб ржаной+	226,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	
222	Зелень в суп+	1,8	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08	
128	Компот из смеси сухофруктов+	3,06	200	1,5		47,2	185,4	0,02	0,08	2,5	57,9	1,56	
99,1	Суп-пюре из бобовых+	1,79	250	7	2,03	18,23	123,5	0,13	0,07	0,83	53,45	1,92	
283,2	Тефтели из говядины с рисом (2 вариант)+	20,61	80	9,72	19,05	13,83	265,33	0,08	0,08	7,1	25,99	2,04	
221,2	Свекла, тушенная в сметанном соусе+	7,42	150	3,99	7,44	23,61	162,34	0,04	0,09	7,56	86,98	2,5	
220,1	Мясо для супа+	14,94	25	6,5	4,2		63,5	0,013	0,04		7,5	0,4	
215,1	Огурцы свежие порциями+	7,58	60	0,4	0,06	1,1	6,6	0,02	0,01	4,2	10,2	0,3	
	Итого:			32,54	33,41	121,27	896,68	0,393	0,42	27,19	270,67	19,75	
Полдник													
37,1	Молоко кипяченое+	12,24	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1	
0,4	Пряники+	15	50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472	
	Итого:			6,78	7,955	26,14	201,09	0,067	0,172	1,04	226,92	0,572	
Ужин													
140,1	Напиток яблочный+	2,99	200	0,1	0,1	26,4	101,7	0,01	0,01	41,25	4,84	0,62	
0,1	Хлеб пшеничный+	180	40	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,03		11,5	0,95	
182,1	Соус молочный (сладкий)+	0,54	10	0,08	0,16	0,6	4		0,004	0,012	2,468	0,008	
178,1	Лапшевник с творогом+	21,78	200	18,91	3,35	47,31	288,03	0,1	0,16	0,155	92,88	1,16	
	Итого:			22,89	4,06	97,65	508,53	0,19	0,204	41,417	111,688	2,738	
	Итого за день:			80,68	65,555	325,79	2 177,33	0,91	1,476	83,368	1 231,548	16,742	

Стоимость рациона: _____ руб.
Стоимость по плану: 687,17 руб.
Стоимость за 10: 788,02 руб.
Старшая медсестра: _____

Бухгалтер: Резцова

