

День: 2
Неделя: 2
Сезон: Лето-осень Ясли 2025
Возрастная категория: Дети ясли к1

" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ города
Нижевартовска ДС № 68
"Ромашка"
Градюк Т. Н.
М. П. 7 июля 2025 г.
Подпись _____

Ежедневное меню
на 8 июля 2025 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										
6,1	Каша манная молочная+	150	6	3,9	25,8	163,4	0,06	0,15	0,72	148,8	0,32
35,1	Кофейный напиток+	170	2,153	1,36	12,14	65,643	0,057	0,215	0,986	202,708	0,499
268	Бутерброды с маслом+	23,841/ 4,286	2,1	6,471	12,531	116,571	0,043	0,026		7,971	0,531
	Итого:	350	10,253	11,731	50,472	345,614	0,16	0,391	1,706	359,479	1,35
	Завтрак 2ой										
0,16	Абрикосы+	100	0,9	0,1	9	38,667	0,029	0,06	10	28	0,7
	Итого:	100	0,9	0,1	9	38,667	0,029	0,06	10	28	0,7
	Обед										
215,1	Огурцы свежие порциями+	30	0,225	0,03	0,6	3,375	0,008	0,008	2,1	5,1	0,15
70,1	Борщ сибирский+	149	2,285	2,483	9,139	68,441	0,04	0,03	4,639	29,542	0,954
0,13	Сметана в суп+	3	0,09	0,3	0,09	3,39			0,02	2,7	
222	Зелень в суп+	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
267,1	Жаркое по- домашнему из говядины+	180	16,9	19,15	16,98	308,39	0,19		23,1	31,88	3,73
481	Кисель из брусники	150	0,09	0,06	11,096	45,36			2,25	6,61	0,11
0,09	Хлеб ржаной+	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	554	22,28	22,513	51,665	500,386	0,307	0,077	37,109	100,982	6,584
	Полдник										
0,4	Пряники+	50	4,2	6,638	41,85	244,225	0,043	0,03		16,3	1,18
37,1	Молоко кипячённое+	150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
	Итого:	200	8,1	10,638	48,95	322,025	0,083	0,19	0,78	169,68	1,25
	Ужин										
242	Макаронник с печенью*+	180	17,529	8,086	40,638	306	0,291	1,357	6,425	29,908	5,898
314,1	Соус томатный+	20	0,34	0,9	1,56	16	0,004	0,004	0,56	4	0,14
128	Компот из смеси сухофруктов+	170	1,247		37,853	148,512	0,011	0,068	2,119	49,209	1,326
0,1	Хлеб пшеничный+	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	400	21,756	9,466	93,732	541,312	0,376	1,459	9,104	97,117	8,924
	Итого за день:	1 604	63,289	54,448	253,818	1 748,00	0,955	2,177	58,699	755,258	18,808
	Итого среднее за 10 дней:		61,628	46,706	195,615	1 431,102	14,95	2,206	95,448	717,787	13,901

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по план: 211 руб.
Средняя
стоимость за 10
дней: 229,88 руб.

шеф-повар: _____ / Петрова И. Н.

Врач(диетсестра): _____ / .

Бухгалтер: _____ / Романова Е. Н.