

" УТВЕРЖДАЮ"
 Заведующий МАДОУ города
 Нижневартовска ДС № 68
 "Ромашка"
 Градюк Т. Н.
 М. П. 6 июля 2025 г.
 Подпись _____

День: 1
 Неделя: 2
 Сезон: Лето-осень Сад 2025
 Возрастная категория: Дети сад к2

Ежедневное меню на 7 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	Ca	Fe
	Завтрак										
17,4	Суп молочный с крупой	180	3,15	3,33	13,14	96,75	0,054	0,207	0,999	197,838	0,198
36	Какао на молоке+	180	6,111	7,092	20,471	165,861	0,081	0,288	2,34	218,745	0,81
100,2	Бутерброд с сыром+	9,422/4 ,444/26 ,21	6,356	7,129	17,236	158,222	0,062	0,08	0,098	142,578	0,818
	Итого:	400	15,617	17,551	50,847	420,833	0,197	0,575	3,437	559,161	1,826
	Завтрак 2ой										
0,23	Груша+	100	0,4	0,03	9,5	40,55	0,02	0,03	5	19	2,3
	Итого:	100	0,4	0,03	9,5	40,55	0,02	0,03	5	19	2,3
	Обед										
316,1	лечо (перец маринованный резанный болгарский в банках) порционно+	49	0,735	2,858	4,9	49	0,016	0,033	24,908	9,8	0,931
99,1	Суп-пюре из бобовых+	180	5,04	1,462	13,126	88,92	0,094	0,05	0,598	38,484	1,382
220,1	Мясо для супа+	10	2,6	1,68		25,4	0,005	0,016		3	0,16
503	Капуста свежая, тушенная с говядиной	200	15,87	6,21	10,71	162,2	0,15	1,6	68,66	77,64	2,59
	Сок тыквенный+	200									
0,09	Хлеб ржаной+	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
	Итого:	689	27,545	12,81	45,836	414,03	0,355	1,739	94,166	146,424	7,013
	Полдник										
334	Плюшка новомосковская+	50	3,416	3	27,207	150	0,072		0,026	15,079	0,543
37,1	Молоко кипячённое+	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
	Итого:	250	8,516	8,3	36,607	253,4	0,122	0,16	1,066	235,479	0,643
	Ужин										
113,1	Хлебцы рыбные+	70	14,525	3,763	5,6	111,563	0,061	0,105	0,971	46,699	0,639
164,1	Картофель отварной+	150	2,98	3,52	23,01	143,54	0,14	0,1	12,37	15,02	1,26
183	Соус сметанный+	15	0,23	0,31	0,85	7,28	0,005	0,005	0,005	3,31	0,025
273,4	Напиток лимонный	180	0,09	0,009	15,804	63,9	0,005		4,788	5,274	0,121
0,1	Хлеб пшеничный+	35	3,325	0,394	20,423	100,45	0,07	0,026		10,063	0,831
	Итого:	450	21,15	7,995	65,687	426,733	0,281	0,236	18,134	80,365	2,876
	Итого за день:	1 889	73,228	46,686	208,476	1 555,546	0,975	2,74	121,803	1 040,429	14,658
	Итого среднее за 10 дней:		81,696	62,019	278,783	1 974,566	1,035	5,207	102,268	903,111	17,476

Стоимость рациона: _____ руб.
 Стоимость по плану: 244 руб.
 Средняя
 стоимость за 10
 дней: 270,48 руб.

Повар: _____/

Врач(диетсестра): _____/

Бухгалтер: _____/