

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

" 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		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак										
8,1	Каша кукурузная молочная+	160	9,28	4,4	40,64	242,56	0,088	0,184	0,744	157,944	1,344
35,1	Кофейный напиток+	185	2,313	1,48	13,242	71,466	0,056	0,231	1,064	37,796	0,546
268	Бутерброды с маслом+	43,117/ 10,405	3,642	11,223	21,732	202,162	0,074	0,045		13,824	0,922
	Итого:	400	15,234	17,103	75,615	516,188	0,218	0,46	1,808	209,564	2,811
	Завтрак 2ой										
0,43	Слива+	104	1,144	0,416	11,024	50,211	0,01	0,01	15,6	34,32	1,872
	Итого:	104	1,144	0,416	11,024	50,211	0,01	0,01	15,6	34,32	1,872
	Обед										
215,1	Огурцы свежие порциями+	50	0,333	0,05	0,917	5,5	0,017	0,008	3,5	8,5	0,25
70,1	Борщ сибирский+	179	2,062	2,957	11,012	82,34	0,047	0,036	5,573	35,489	1,146
0,13	Сметана в суп+	6	0,18	0,6	0,165	6,78		0,015	0,038	5,4	0,015
222	Зелень в суп+	4	0,104	0,024	0,16	1,2		0,008	4	8,92	0,064
267,1	Жаркое по- домашнему из говядины+	200	18,783	21,278	18,87	342,661	0,209		25,67	35,426	4,139
273	Напиток "Валитек"+	180	0,306	0,162	28,161	119,808			1,152	7,776	1,872
0,09	Хлеб ржаной+	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
	Итого:	669	25,068	25,671	76,384	646,799	0,363	0,107	39,932	119,011	9,436
	Полдник										
0,4	Пряники+	48	1,613	2,549	16,07	93,782	0,016	0,012		6,259	0,453
281,1	Ряженка	213	5,559	4,793	8,051	97,98	0,043	0,024	0,575	237,708	0,192
	Итого:	261	7,172	7,341	24,122	191,762	0,059	0,036	0,575	243,967	0,645
	Ужин										
242	Макаронник с печенью*+	200	19,138	9,15	45,013	338,75	0,313	1,463	6,963	32,625	6,425
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+	180	1,35		39,785	156,114	0,018	0,072	2,25	52,11	1,404
0,1	Хлеб пшеничный+	50	4,75	0,563	29,175	143,5	0,1	0,038		14,375	1,188
	Итого:	450	25,578	10,613	115,533	654,364	0,435	1,576	9,773	103,11	9,157
	Итого за день:	1 884	74,196	61,144	302,678	2	1,084	2,189	67,687	709,972	23,92
	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: 266,57 руб.

Повар: _____/

Врач(диетсестра): _____/

Бухгалтер: _____/