

" УТВЕРЖДАЮ"  
 Заведующий МАДОУ города  
 Нижневартовска ДС № 68  
 "Ромашка"  
 Градюк Т. Н.  
 М. П. 6 мая 2024 г.  
 Подпись \_\_\_\_\_

День: 2  
 Неделя: 1  
 Сезон: весна-лето ясли 2024  
 Возрастная категория: Дети ясли к2

### Ежедневное меню на 7 мая 2024 г.

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
	<b>Завтрак</b>										
150,1	Суфле творожное+	110	15,767	8,433	16,317	200,567	0,055	0,238	0,293	142,542	0,605
	молоко сгущенное	41									
33	Чай с сахаром+	160	0,171		0,032	43,52		0,011	0,085	4,309	0,715
0,25	Батон нарезной+	40	3,04	0,36	18,68	91,853	0,064	0,024		9,2	0,76
	<b>Итого:</b>	<b>351</b>	<b>18,977</b>	<b>8,793</b>	<b>35,029</b>	<b>335,94</b>	<b>0,119</b>	<b>0,273</b>	<b>0,379</b>	<b>156,051</b>	<b>2,08</b>
	<b>Завтрак 2ой</b>										
0,29	Яблоко+	75	0,03	0,03	7,35	32,01	0,022	0,015	123,75	12	1,65
	<b>Итого:</b>	<b>75</b>	<b>0,03</b>	<b>0,03</b>	<b>7,35</b>	<b>32,01</b>	<b>0,022</b>	<b>0,015</b>	<b>123,75</b>	<b>12</b>	<b>1,65</b>
	<b>Обед</b>										
216,1	Помидоры свежие порциями+	40	0,4	0,1	1,5	8,3	0,02	0,02	10	5,6	0,36
231	Суп с рыбными консервами+	149	5,126	5,006	8,543	99,681	0,06	0,086	5,434	26,999	0,755
222	Зелень в суп+	3	0,075	0,015	0,12	0,9		0,015	7,5	16,725	0,12
0,01	Соль+	3								11,04	0,087
492	Язык отварной	50	11,192	7,008		107,167	0,037	0,095		21,782	0,854
204,1	Гречка рассыпчатая+	100	6,01	1,56	30,39	144,07	0,16	0,086		13,03	3,06
183	Соус сметанный+	20	0,32	0,4	1,12	9,68		0,008	0,008	4,416	0,032
123,4	Компот из плодов сушеных+	150	1,1		29,412	115,12					
0,09	Хлеб ржаной+	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>26,862</b>	<b>14,57</b>	<b>84,765</b>	<b>555,748</b>	<b>0,347</b>	<b>0,34</b>	<b>22,942</b>	<b>113,591</b>	<b>6,828</b>
	<b>Полдник</b>										
281,1	Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	76	0,03	0,02	0,45	186	0,15
302,1	Сырная палочка+	50	6,14	18,31	24,91	289,2	0,069	0,069	0,11	97,22	0,589
	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>10,49</b>	<b>22,06</b>	<b>31,21</b>	<b>365,2</b>	<b>0,099</b>	<b>0,089</b>	<b>0,56</b>	<b>283,22</b>	<b>0,739</b>
	<b>Ужин</b>										
138,1	Кисель из черной смородины +	150	0,3	0,1	14,518	63,98			0,96	6,48	1,56
487	Салат «Степной»	139	1,599	11,711	9,834	151,336	0,094		14,491	24,707	0,959
0,3	Яйцо отварное+	60	6,26	5,67	0,345	77,45	0,004	0,017			
0,1	Хлеб пшеничный+	19	1,672	0,304	8,664	44,84	0,044	0,019		8,867	0,988
	<b>Итого:</b>	<b>368</b>	<b>9,83</b>	<b>17,785</b>	<b>33,361</b>	<b>337,606</b>	<b>0,142</b>	<b>0,036</b>	<b>15,451</b>	<b>40,054</b>	<b>3,507</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 549</b>	<b>66,19</b>	<b>63,238</b>	<b>191,715</b>	<b>1 626,504</b>	<b>0,729</b>	<b>0,753</b>	<b>163,081</b>	<b>604,916</b>	<b>14,803</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>63,509</b>	<b>50,418</b>	<b>209,48</b>	<b>1 539,746</b>	<b>14,935</b>	<b>2,167</b>	<b>151,085</b>	<b>755,213</b>	<b>14,414</b>

Стоимость рациона руб.  
 Стоимость по плану 185 руб.  
 Средняя стоимость за 10 дней: 160,73 руб.

Повар: \_\_\_\_\_/

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_/

Бухгалтер: \_\_\_\_\_/