

День: 2
Неделя: 2
Сезон: Лето-осень Ясли 2025
Возрастная категория: Дети ясли к2

" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ города
Нижневартовска 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+	150	8,7	4,1	38,1	227,4	0,08	0,17	0,7	148,06	1,26
268	Бутерброды с маслом+	29,006/ 5	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62
35,1	Кофейный напиток+	165	2,09	1,32	11,783	63,712	0,055	0,209	0,957	196,746	0,484
	Итого:	350	13,24	12,97	64,503	427,112	0,185	0,409	1,657	354,106	2,364
	Завтрак 2ой										
0,43	Слива+	66	0,726	0,264	6,996	31,865	0,006	0,006	9,9	21,78	1,188
	Итого:	66	0,726	0,264	6,996	31,865	0,006	0,006	9,9	21,78	1,188
	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+	3	0,075	0,015	0,12	0,9		0,015	7,5	16,725	0,12
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:	555	22,305	22,518	51,705	500,686	0,307	0,082	39,609	106,557	6,624
	Полдник										
0,4	Пряники+	29	2,436	3,85	24,273	141,651	0,025	0,017		9,454	0,684
281,1	Ряженка	182	5,278	4,55	7,644	92,213	0,036	0,024	0,546	225,68	0,182
	Итого:	211	7,714	8,4	31,917	233,864	0,061	0,042	0,546	235,134	0,866
	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:	1 582	65,741	53,618	248,853	1	0,936	1,998	60,816	814,694	19,966
	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 рацион: руб.
Стоимость по план 211 руб.
Средняя
стоимость за 10
дней: 229,24 руб.

Повар: _____/
Врач(диетсестра): _____/
Бухгалтер: _____/