

" УТВЕРЖДАЮ"

Заведующий МАДОУ г.

Нижевартовска ДС № 86

"Былинушка"

Волкова Л. М.

М. П.

14 апреля 2025 г.

Подпись \_\_\_\_\_

День: 2

Неделя: 1

Сезон: 2025 весна-лето сад

Возрастная категория: 2 БЛОК Дети Сад

### Ежедневное меню

№ 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>											
144, 2	Запеканка из творога+	115	18,314	19,08	9,315	278,386	0,057	0,307	0,268	170,775	0,767
182, 3	Соус сладкий+	50	3,6	4,25	27,75	164	0,003	0,19	0,5	153,5	0,1
34	Чай с молоком+	200	1,9	1,9	14,8	83,9	0,02	0,08	0,48	75	1,19
	Батон сдобный	40	3,04	0,36	18,66	91,46					
1	Масло сливочное ( порциями)	5	0,004	3,625	0,065	33,06		0,01		2,4	0,02
	<b>Итого:</b>	<b>410</b>	<b>26,858</b>	<b>29,215</b>	<b>70,59</b>	<b>650,806</b>	<b>0,081</b>	<b>0,587</b>	<b>1,248</b>	<b>401,675</b>	<b>2,077</b>
<b>завтрак 2ой</b>											
0,02	Бананы+	100	1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,05	10	8	0,6
	<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>21</b>	<b>87,3</b>	<b>0,04</b>	<b>0,05</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>0,6</b>
<b>обед</b>											
216, 1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15	8,4	0,54
98,1	Суп-пюре из разных овощей+	200	2,8	4	11,88	93,63	0,07	0,09	6,69	65,92	0,65
220, 1	Мясо для супа+	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32
222	Зелень в суп+	3	0,156	0,036	0,24	1,8		0,006	3	6,69	0,048
222, 2	Лук зеленый в суп+	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,46	0,032
254	Зразы рубленные с луком и яйцом+	80	12	8	6,32	145,6	0,06	0,06	2,62	27,6	1,9
104, 1	Картофельное пюре+	150	3,18	4,09	20,99	139,01	0,13	0,11	10,81	37,04	1,1
508	Напиток витаминный " Витошка"	150			12,675						
0,09	Хлеб ржаной+	50	3,3	0,6	7,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,01	Соль+	5								22,08	0,174
	<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>27,348</b>	<b>20,218</b>	<b>61,565</b>	<b>532,79</b>	<b>0,4</b>	<b>0,362</b>	<b>40,12</b>	<b>195,69</b>	<b>6,714</b>
<b>полдник</b>											
281, 3	Напиток кисломолочный, йогуртный сладкий" Снежок"	200	6,156	2	8	74,444	0,078	0,032	1,6	240	0,2
297, 1	Оладьи	60	4,185	1,308	22,254	117,54	0,09	0,078	0,375	44,598	0,716
	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>10,341</b>	<b>3,308</b>	<b>30,254</b>	<b>191,984</b>	<b>0,168</b>	<b>0,11</b>	<b>1,975</b>	<b>284,598</b>	<b>0,916</b>
<b>ужин</b>											
487	Салат «Степной»	60	0,69	5,06	4,25	65,33	0,041		6,25	10,66	0,414
103, 1	Макаронные изделия отварные+	120	1,8	3,456	59,896	183,488	0,184	0,072		22,488	1,304
478	Оладьи из печени (запеченные)	70	10,824	7,718	7,114	140,875	0,219	11,559	22,146	10,806	5,093
183	Соус сметанный+	10	0,153	0,207	0,567	4,853	0,003	0,003	0,003	2,207	0,017
143, 1	Напиток из плодов шиповника+	180	0,63		16,481	63,918	0,009	0,117	198	11,16	4,554
0,1	Хлеб пшеничный+	40	2,9	0,45	13,34	84,8	0,08	0,03		11,5	0,95
	<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>16,997</b>	<b>16,89</b>	<b>101,647</b>	<b>543,264</b>	<b>0,536</b>	<b>11,781</b>	<b>226,4</b>	<b>68,821</b>	<b>12,331</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 970</b>	<b>83,044</b>	<b>69,732</b>	<b>285,056</b>	<b>2 006,145</b>	<b>1,225</b>	<b>12,89</b>	<b>279,742</b>	<b>958,784</b>	<b>22,638</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>84,332</b>	<b>71,578</b>	<b>324,823</b>	<b>2 289,679</b>	<b>1,113</b>	<b>5,261</b>	<b>171,406</b>	<b>1 112,796</b>	<b>20,357</b>

Стоимость рациона: руб.

Стоимость по плану 225 руб.

Средняя

стоимость за 10

дней: 232,64 руб.

Шеф повар: \_\_\_\_\_ / Николаева О. В.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Сераева И. В.