

День: 1
Неделя: 1
Сезон: 2025 весна-лето сад
Возрастная категория: 2 БЛОК Дети Сад

" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ г.
Нижевартовска ДС № 86
"Былинушка"
Волкова Л. М.
М. П. 13 апреля 2025 г.
Подпись _____

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
завтрак											
6,1	Каша манная молочная+	200	7,9	5,2	34,4	217,8	0,08	0,21	0,96	198,4	0,43
	Масло в кашу+	2	0,02	1,46	0,02	13,32		0,002		0,48	
0,25	Батон нарезной+	40	3,04	0,36	18,66	91,46	0,08	0,03		11,5	0,95
1	Масло сливочное (порциями)	5	0,004	3,625	0,065	33,06		0,01		2,4	0,02
	Сыр порциями	5	1,16	1,475		18					
35,1	Кофейный напиток+	180	2,25	1,44	12,884	69,534	0,054	0,225	1,035	36,774	0,531
	Итого:	432	14,374	13,56	66,029	443,174	0,214	0,477	1,995	249,554	1,931
завтрак 2ой											
0,44	Сок фруктовый+	200	1	0,2	17,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
	Итого:	200	1	0,2	17,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
обед											
3 05 4,2	ТК № 3054.2 Икра морковная (рец. 54) Сб.1	60	1,32	2,766	6,53	56,22	0,02	0,02	3,07	18,38	0,73
66,1	Борщ с капустой и картофелем+	200	1,98	4,93	12,73	102,83	0,05	0,05	8,63	37,58	1,15
220, 1	Мясо для супа+	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32
0,13	Сметана в суп+	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
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
227, 2	Плов из отварной говядины+	150	11,733	10,148	28,741	251,4	0,085		5,1	22,454	2,067
123, 3	Компот из замороженных плодов (ягод)+	200	0,7	0,6	34,316	135,96	0,01	0,01	66	6,88	0,95
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
	Итого:	698	24,681	23,252	89,957	697,16	0,265	0,182	87,85	149,224	7,441
полдник											
37,1	Молоко кипячённое+	180	4,59	4,77	8,46	93,06	0,045	0,144	0,936	198,36	0,09
0,14	Печенье+	50	3,75	5,9	37,2	217,1	0,028	0,02		10,867	0,787
	Итого:	230	8,34	10,67	45,66	310,16	0,073	0,164	0,936	209,227	0,877
ужин											
311	Томаты консервированные с кожицей, порциями+	60	0,66	0,06	2,1	12	0,006	0,012	9	6	0,48
503	Капуста свежая, тушенная с говядиной	200	5,87	6,21	10,71	62,2	0,15	1,6	68,66	77,64	2,59
325	Соус белый основной+	10	0,1	0,41	0,38	5,6	0,001	0,002		1,4	0,02
123, 1	Компот из свежих плодов (яблок)+	200	0,7	0,6	39,306	155,86	0,01	0,01	66	6,88	0,95
0,1	Хлеб пшеничный+	40	2,9	0,45	13,34	84,8	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	510	10,23	7,73	65,836	320,46	0,247	1,654	143,66	103,42	4,99
	Итого за день:	2 070	58,625	55,412	285,083	1 878,234	0,84	2,497	238,441	751,425	16,039
	Итого среднее за 10 дней:		84,332	71,578	324,823	2 289,679	1,113	5,261	171,406	1 112,796	20,357

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану 225 руб.
Средняя стоимость за 10 дней: 237,4 руб.

Шеф повар: _____ / Николаева О. В.

Врач(диетсестра): _____ /

Бухгалтер: _____ / Сераева И. В.

День: 2
Неделя: 1
Сезон: 2025 весна-лето сад
Возрастная категория: 2 БЛОК Дети Сад

" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ г.
Нижевартовска ДС № 86
"Былинушка"
Волкова Л. М.
М. П. 14 апреля 2025 г.
Подпись _____

Ежедневное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
завтрак											
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
	Итого:	410	26,858	29,215	70,59	650,806	0,081	0,587	1,248	401,675	2,077
завтрак 2ой											
0,02	Бананы+	100	1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,05	10	8	0,6
	Итого:	100	1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,05	10	8	0,6
обед											
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
	Итого:	720	27,348	20,218	61,565	532,79	0,4	0,362	40,12	195,69	6,714
полдник											
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
	Итого:	260	10,341	3,308	30,254	191,984	0,168	0,11	1,975	284,598	0,916
ужин											
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
	Итого:	480	16,997	16,89	101,647	543,264	0,536	11,781	226,4	68,821	12,331
	Итого за день:	1 970	83,044	69,732	285,056	2 006,145	1,225	12,89	279,742	958,784	22,638
	Итого среднее за 10 дней:		84,332	71,578	324,823	2 289,679	1,113	5,261	171,406	1 112,796	20,357

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.

День: 3
Неделя: 1
Сезон: 2025 весна-лето сад
Возрастная категория: 2 БЛОК Дети Сад

" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ г.
Нижневартовска ДС № 86
"Былинушка"
Волкова Л. М.
М. П. 15 апреля 2025 г.
Подпись _____

**Ежедневное меню
на 16 апреля 2025 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	Са	Fe
завтрак											
18,1	Суп молочный с макаронными изделиями+	150	3,225	2,85	12,075	88,725	0,06	0,158	0,735	146,655	0,24
0,3	Яйцо отварное+	60	7,038			86,538	0,005	0,02			
	Плетенка с маком	40	3,04	0,36	18,68	91,864					
0,17	Джем+	10	0,04		6,53	24,97			4	2,2	0,05
34,1	Чай с лимоном+	200	0,22	0,1	14,58	59	0,003	0,003	2,9	8,2	0,907
	Итого:	460	13,563	3,31	51,865	351,097	0,068	0,18	7,635	157,055	1,197
завтрак 2ой											
0,29	Яблоко+	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2
	Итого:	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2
обед											
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	60	0,48	0,06	1,5	8,46	0,02	0,02	6	13,8	0,36
89,1	Суп картофельный с рыбными фрикадельками+	150	1,4	1,7	10,5	65	0,06	0,04	5,56	12,09	0,64
90,1	Фрикадельки рыбные+	25	4,51	0,33	0,52	22,75	0,02	0,03	0,46	12,31	0,26
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
267,1	Жаркое домашнему из говядины+	180	16,904	19,15	16,983	308,395	0,188		23,103	31,883	3,725
128	Компот из смеси сухофруктов+	200	1,5		44,206	173,46	0,02	0,08	2,5	57,9	1,56
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
	Итого:	675	28,302	21,888	81,129	668,975	0,398	0,22	42,623	178,713	8,749
полдник											
281,1	Ряженка*+	190	5,51	4,75	7,98	97,111	0,042	0,024	0,57	235,6	0,19
351	Пирожки сдобные печеные с сердцем	60	7,72	4,96	20,4	157,13	0,061	0,08	1,75	11,63	2,33
	Итого:	250	13,23	9,71	28,38	254,241	0,103	0,104	2,32	247,23	2,52
ужин											
3 05 4,1	ТК № 3054.1 Икра свекольная (рец. 54) Сб.1	60	1,41	2,76	7,4	60,06	0,02	0,02	4,03	22,94	1,06
252,1	Рагу овощное (3-й вариант)+	220	2,614	7,19	16,166	139,744	0,123	0,123	33,792	41,131	1,285
275	Компот из консервированных плодов+	200	0,16		15,424	59,74	0,016	0,032	2,4	8,39	0,439
0,1	Хлеб пшеничный+	40	2,9	0,45	13,34	84,8	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	520	7,084	10,4	52,33	344,344	0,239	0,205	40,222	83,961	3,734
	Итого за день:	2 005	62,219	45,348	223,503	1 661,337	0,838	0,73	257,8	682,96	18,4
	Итого среднее за 10 дней:		84,332	71,578	324,823	2 289,679	1,113	5,261	171,406	1 112,796	20,357

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану 225 руб.
Средняя стоимость за 10 дней: 235,18 руб.

Шеф повар: _____ / Николаева О. В.

Врач(диетсестра): _____ /

Бухгалтер: _____ / Серая И. В.

День: 4
Неделя: 1
Сезон: 2025 весна-лето сад
Возрастная категория: 2 БЛОК Дети Сад

" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ г.
Нижевартовска ДС № 86
"Былинушка"
Волкова Л. М.
М. П. 16 апреля 2025 г.
Подпись _____

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	Са	Fe
	завтрак										
5,1	Каша геркулес молочная+	200	8,1	6,8	29,2	210,6	0,16	0,22	0,96	207,74	1,18
	Масло в кашу+	2	0,02	1,46	0,02	13,32		0,002		0,48	
36	Какао на молоке+	155	5,262	6,107	17,628	142,825	0,07	0,248	2,015	188,364	0,698
1	Булка черкизовская	40									
1	Масло сливочное (порциями)	5	0,004	3,625	0,065	33,06		0,01		2,4	0,02
	Итого:	402	13,386	17,992	46,913	399,805	0,23	0,48	2,975	398,984	1,898
	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										
311	Томаты консервированные с кожей, порциями+	60	0,66	0,06	2,1	12	0,006	0,012	9	6	0,48
245	Суп - лапша домашняя+	190	2,736	1,72	18,839	106,343	0,095	0,057	6,612	19,219	0,903
245, 1	Лапша домашняя+	20	2,561	0,781	13,237	70,308	0,035	0,029		7,956	0,364
222, 2	Лук зеленый в суп+	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,46	0,032
222	Зелень в суп+	3	0,156	0,036	0,24	1,8		0,006	3	6,69	0,048
117,1	Суфле из кур+	70	10,99	10,264	2,888	147,481	0,035	0,114	0,079	30,529	1,006
314, 1	Соус томатный+	30	1,02	2,7	4,68	48	0,012	0,012	1,68	12	0,42
204, 1	Гречка рассыпчатая+	150	9,02	2,34	45,59	216,11	0,24	0,13		19,55	4,59
273, 4	Напиток лимонный	180	0,09	0,009	16,524	68,706	0,005		4,788	5,274	0,121
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
	Итого:	760	30,585	18,521	111,277	759,858	0,518	0,404	27,159	151,257	10,087
	полдник										
281	Кефир*+	200	5,8	5	8	100	0,078	0,344	1,4	240	0,2
302, 1	Сырная палочка+	50	6,14	18,31	24,91	289,2	0,069	0,069	0,11	97,22	0,589
	Итого:	250	11,94	23,31	32,91	389,2	0,146	0,413	1,51	337,22	0,789
	ужин										
276	Салат из консервированных овощей+	60	1,19	3,09	2,97	44,84	0,04	0,02	4,74	12,65	0,38
246, 4	Горбуша, запеченная с картофелем по-русски+	200	12,39	9,59	16,45	202			21,17	56,08	1,14
134, 1	Кисель из сока+	200	0,4		24,824	106,74	0,02	0,01	9,6	14,15	0,23
0,1	Хлеб пшеничный+	30	2,175	0,338	10,005	63,6	0,06	0,023		8,625	0,713
	Итого:	490	16,155	13,018	54,249	417,18	0,12	0,053	35,51	91,505	2,463
	Итого за день:	2 002	72,466	72,871	254,849	2 006,593	1,034	1,379	72,154	997,966	17,536
	Итого среднее за 10 дней:		84,332	71,578	324,823	2 289,679	1,113	5,261	171,406	1 112,796	20,357

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану 225 руб.
Средняя стоимость за 10 дней: 239,34 руб.

Шеф повар: _____ / Николаева О. В.

Врач(диетсестра): _____ /

Бухгалтер: _____ / Сераева И. В.

" УТВЕРЖДАЮ"

Заведующий МАДОУ г.
Нижневартовска ДС № 86
"Былинушка"
Волкова Л. М.

М. П. 17 апреля 2025 г.
Подпись _____

День: 5
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	Са	Fe
завтрак											
146, 1	Пудинг из творога+	110	14,373	15,061	26,803	294,516	0,061	0,244	0,183	133,962	2,393
	Кофейный напиток *	200	2,5	1,6	14,331	77,26					
182, 3	Соус сладкий+	50	3,6	4,25	27,75	164	0,003	0,19	0,5	153,5	0,1
1	Масло сливочное (порциями)	5	0,004	3,625	0,065	33,06		0,01		2,4	0,02
0,25	Батон нарезной+	40	3,04	0,36	18,66	91,46	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	405	23,517	24,896	87,609	660,296	0,144	0,474	0,683	301,362	3,463
завтрак 2ой											
0,33	Киви+	100	0,8	0,4	8,1	47	0,02	0,04	180	40	0,8
	Итого:	100	0,8	0,4	8,1	47	0,02	0,04	180	40	0,8
обед											
74,1	Щи из свежей капусты с картофелем+	200	2	4,88	7,13	78,88	0,05	0,05	12,53	36,98	0,73
486	Салат «Витаминный»	60	0,66	5,05	3,95	63,89	0,023		3,22	12,27	0,359
0,13	Сметана в суп+	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
220, 1	Мясо для супа+	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32
222, 2	Лук зеленый в суп+	3	0,078	0,018	0,12	0,9		0,006	3	6,69	0,048
222	Зелень в суп+	5	0,26	0,06	0,4	3		0,01	5	11,15	0,08
103, 1	Макаронные изделия отварные+	120	1,8	3,456	59,896	183,488	0,184	0,072		22,488	1,304
325	Соус белый основной+	10	0,1	0,41	0,38	5,6	0,001	0,002		1,4	0,02
250, 1	Котлеты+	80	12,9	7,8	7,8	152	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
508	Напиток витаминный " Витошка"	180			15,21						
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
	Итого:	741	26,538	26,434	102,206	636,108	0,408	0,332	23,912	174,408	5,83
полдник											
37,1	Молоко кипячённое+	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
303	Шанежка с картофелем+	60	6,009	6,523	34,569	221,014	0,074	0,074	4,059	119,154	0,736
	Итого:	260	11,109	11,823	43,969	324,414	0,124	0,234	5,099	339,554	0,836
ужин											
15,1	Омлет натуральный+	120	12	12,3	2,4	167,7	0,06	0,33	0,18	81,84	1,92
312, 2	ТК № 312.2 Икра кабачковая консервир. порц. (без номера) Сб. 1994 г.	60	1,14	5,34	4,62	71,1	0,01	0,03	4,2	24,6	0,42
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+	40	2,9	0,45	13,34	84,8	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	400	17,39	18,09	60,145	479,714	0,168	0,462	6,63	170,05	4,694
	Итого за день:	1 906	79,354	81,643	302,029	2 147,532	0,864	1,542	216,324	1 025,374	15,623
	Итого среднее за 10 дней:		84,332	71,578	324,823	2 289,679	1,113	5,261	171,406	1 112,796	20,357

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану 225 руб.
Средняя стоимость за 10 дней: руб.

Шеф повар: _____ / Николаева О. В.

Врач(диетсестра): _____ /

Бухгалтер: _____ / Сераева И. В.

День: 1
Неделя: 2
Сезон: 2025 весна-лето сад
Возрастная категория: 2 БЛОК Дети Сад

" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ г.
Нижневартовска ДС № 86
"Былинушка"
Волкова Л. М.
М. П. 6 апреля 2025 г.
Подпись _____

Ежедневное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	завтрак										
7,1	Каша пшеничная молочная+	200	11,6	5,5	50,8	303,2		24	0,93	185,94	2,66
	Сыр порциями	5	1,16	1,475		18					
	Масло в кашу+	2	0,02	1,46	0,02	13,32		0,002		0,48	
34	Чай с молоком+	200	1,9	1,9	14,8	83,9	0,02	0,08	0,48	75	1,19
1	Масло сливочное (порциями)	5	0,004	3,625	0,065	33,06		0,01		2,4	0,02
	Батон сдобный	40	3,04	0,36	18,66	91,46					
	Итого:	452	17,724	14,32	84,345	542,94	0,02	24,092	1,41	263,82	3,87
	завтрак 2ой										
0,44	Сок фруктовый+	200	1	0,2	17,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
	Итого:	200	1	0,2	17,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
	обед										
316,1	Лечо (перец маринованный резанный болгарский в банках) порционно+	60	0,9	3,5	6	60	0,02	0,04	30,5	12	1,14
86,1	Суп картофельный с бобовыми+	250	5,5	5,38	18,5	148,38	0,133	0,066	4,983	44,33	1,716
222,2	Лук зеленый в суп+	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,46	0,032
222	Зелень в суп+	2	0,104	0,024	0,16	1,2		0,004	2	4,46	0,032
202,1	Бефстроганов из отварной говядины+	80	20,31	2,12	0,39	101,33	0,08	0,13	0,17	10	1,68
204,1	Гречка рассыпчатая+	150	9,02	2,34	45,59	216,11	0,24	0,13		19,55	4,59
123,3	Компот из замороженных плодов (ягод)+	200	0,7	0,6	34,316	135,96	0,01	0,01	66	6,88	0,95
0,09	Хлеб ржаной+	40	2,64	0,48	5,68	70,808	0,072	0,032		14	1,56
0,01	Соль+	5								22,08	0,174
	Итого:	789	39,226	14,456	110,716	734,388	0,555	0,416	105,653	137,76	11,874
	полдник										
340,8	Пирожки простые печеные с яблоками	50	2,88	1,24	23,94	118	0,05	0,03	0,17	10,02	0,82
37,1	Молоко кипяченое+	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
	Итого:	250	7,98	6,54	33,34	221,4	0,1	0,19	1,21	230,42	0,92
	ужин										
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
242,1	Макаронник с сердцем*+	160	14,45	7,41	31,41	250	0,11	1,17	4,39	24,3	4,87
183	Соус сметанный+	10	0,153	0,207	0,567	4,853	0,003	0,003	0,003	2,207	0,017
123,2	Компот из свежих плодов груш+	200	0,16		12,104	50,24	0,006	0,001	0,86	15,94	0,98
0,1	Хлеб пшеничный+	30	2,175	0,338	10,005	63,6	0,06	0,023		8,625	0,713
	Итого:	460	17,598	8,074	56,366	381,533	0,219	1,217	20,253	59,472	7,119
	Итого за день:	2 151	83,528	43,59	302,367	1 987,541	0,934	25,935	132,526	731,472	24,584
	Итого среднее за 10 дней:		84,332	71,578	324,823	2 289,679	1,113	5,261	171,406	1 112,796	20,357

Стоимость рациона: _____ руб.
Стоимость по плану: 225 руб.
Средняя стоимость за 10 дней: 246,2 руб.

Шеф повар: _____ / Николаева О. В.

Врач(диетсестра): _____ /

Бухгалтер: _____ / Сераева И. В.

" УТВЕРЖДАЮ"

Заведующий МАДОУ г.
Нижевартовска ДС № 86
"Былинушка"

Волкова Л. М.

М. П. 7 апреля 2025 г.

Подпись _____

День: 2
Неделя: 2
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	Са	Fe
завтрак											
144, 2	Запеканка из творога+	155	24,684	25,717	12,555	375,216	0,078	0,413	0,362	230,175	1,033
182, 3	Соус сладкий+	50	3,6	4,25	27,75	164	0,003	0,19	0,5	153,5	0,1
33	Чай с сахаром+	200	0,2		0,04	49		0,01	0,1	4,4	0,86
0,25	Батон нарезной+	40	3,04	0,36	18,66	91,46	0,08	0,03		11,5	0,95
1	Масло сливочное (порциями)	5	0,004	3,625	0,065	33,06		0,01		2,4	0,02
	Итого:	450	31,528	33,952	59,07	712,736	0,161	0,653	0,962	401,975	2,963
завтрак 2ой											
0,02	Бананы+	100	1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,05	10	8	0,6
	Итого:	100	1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,05	10	8	0,6
обед											
215, 1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	60	0,48	0,06	1,5	8,46	0,02	0,02	6	13,8	0,36
87,1	Суп картофельный с макаронными изделиями+	200	2,304	1,504	15,904	89,6	0,08	0,053	5,56	16,173	0,76
220, 1	Мясо для супа+	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32
222	Зелень в суп+	2	0,104	0,024	0,16	1,2		0,004	2	4,46	0,032
222, 2	Лук зеленый в суп+	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,46	0,032
109, 1	Пудинг из говядины+	118	43,439	14,145	2,213	306,505	0,162	0,443	0,207	71,626	4,145
104, 1	Картофельное пюре+	170	3,604	4,635	23,789	157,545	0,147	0,125	12,251	41,979	1,247
275	Компот из консервированных плодов+	200	0,16		15,424	59,74	0,016	0,032	2,4	8,39	0,439
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
	Итого:	827	58,643	24,341	66,169	762,96	0,526	0,752	30,418	206,467	9,458
полдник											
281	Кефир*+	200	5,8	5	8	100	0,078	0,344	1,4	240	0,2
0,14	Печенье+	50	3,75	5,9	37,2	217,1	0,028	0,02		10,867	0,787
	Итого:	250	9,55	10,9	45,2	317,1	0,106	0,364	1,4	250,867	0,987
ужин											
64,1	Салат из свеклы+	60	0,8	2,6	7,5	56,7	0,01	0,02	2,37	19,8	0,76
114,1	Фрикадельки рыбные+	80	13,4	2	7,2	97,4	0,08	0,11	0,63	52,37	0,92
106	Рис припущенный+	100	2,333	2,267	22,8	132,067	0,02	0,013		3,233	0,32
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+	40	2,9	0,45	13,34	84,8	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	460	20,783	7,317	90,625	527,081	0,208	0,245	5,25	139,013	4,354
	Итого за день:	2 087	122,004	76,609	282,065	2 407,177	1,041	2,065	48,029	1 006,322	18,362
	Итого среднее за 10 дней:		84,332	71,578	324,823	2 289,679	1,113	5,261	171,406	1 112,796	20,357

Стоимость рациона: руб.

Стоимость по плану 225 руб.

Средняя стоимость за 10 дней:

241,16 руб.

Шеф повар: _____ / Николаева О. В.

Врач(диетсестра): _____ /

Бухгалтер: _____ / Сераева И. В.

День: 3
 Неделя: 2
 Сезон: 2025 весна-лето сад
 Возрастная категория: 2 БЛОК Дети Сад

" УТВЕРЖДАЮ"
 Заведующий МАДОУ г.
 Нижневартовска ДС № 86
 "Былинушка"
 Волкова Л. М.
 М. П. 8 апреля 2025 г.
 Подпись _____

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
завтрак											
	Суп молочный с крупой (ячневый)	200	3,5	3,671	14,6	107,5	0,05	0,017	0,84		164,78
0,3	Яйцо отварное+	60	7,038			86,538	0,005	0,02			
36	Какао на молоке+	150	5,093	5,91	17,06	138,218	0,068	0,24	1,95	182,288	0,675
	Плетенка с маком	40	3,04	0,36	18,68	91,864					
1	Масло сливочное (порциями)	5	0,004	3,625	0,065	33,06		0,01		2,4	0,02
	Итого:	455	18,675	13,566	50,405	457,18	0,122	0,287	2,79	184,688	165,475
завтрак 2ой											
0,29	Яблоко+	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2
	Итого:	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2
обед											
311,1	ТК № 311.1 Томаты консервированные порциями (без номера) Сб. 1994 г.	60	0,66	0,06	2,1	11,58	0,01	0,01	9	6	0,48
80,1	Рассольник ленинградский+	200	2,38	5,13	37,5	124,5	0,083	0,066	7,05	21	0,93
0,13	Сметана в суп+	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
222	Зелень в суп+	2	0,104	0,024	0,16	1,2		0,004	2	4,46	0,032
222, 2	Лук зеленый в суп+	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
3 20 4	Макаронные изделия отварные	130	4,995	0,714	26,991	134,42	0,073	0,026		6,487	1,058
314, 1	Соус томатный+	20	0,68	1,8	3,12	32	0,008	0,008	1,12	8	0,28
261	Котлеты рубленые из птицы*+	80	12,92	11,85	13,46	212	0,09	0,13	0,73	34,1	1,3
132	Кисель из кураги+	200	1		37,906	161,96		0,03	0,04	24,66	0,59
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
	Итого:	760	26,409	21,008	128,757	776,71	0,354	0,344	24,99	162,637	6,894
полдник											
281, 3	Напиток кисломолочный, йогуртный сладкий "Снежок"	200	6,156	2	8	74,444	0,078	0,032	1,6	240	0,2
151, 2	Булочки с изюмом+	50	5,031	4,506	32	169,725	0,094	0,081	0,113	39,836	1,113
	Итого:	250	11,187	6,506	40	244,169	0,171	0,114	1,713	279,836	1,313
ужин											
16,1	Сырники из творога+	160	11,84	5,653	14,827	152	0,096	0,384	0,352	229,109	1,12
0,17	Джем+	40	0,16		26,12	99,88			16	8,8	0,2
32,1	Чай+	200	0,8	0,2	0,2	5,6		0,04	0,4	17,6	3,28
270	Горячий бутерброд с сыром+	25/22,1 63/4,46 2	7,342	11,158	13,617	187,25	0,006		0,117	168,667	0,133
	Итого:	450	20,142	17,012	54,763	444,73	0,102	0,424	16,869	424,176	4,733
	Итого за день:	2 015	76,452	58,132	283,724	1 965,469	0,779	1,188	211,362	1 067,336	180,615
	Итого среднее за 10 дней:		84,332	71,578	324,823	2 289,679	1,113	5,261	171,406	1 112,796	20,357

Стоимость рациона: _____ руб.
 Стоимость по плану: 225 руб.
 Средняя стоимость за 10 дней: 235,39 руб.

Шеф повар: _____ / Николаева О. В.

Врач(диетсестра): _____ /

Бухгалтер: _____ / Сераева И. В.

День: 4
Неделя: 2
Сезон: 2025 весна-лето сад
Возрастная категория: 2 БЛОК Дети Сад

" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ г.
Нижневартовска ДС № 86
"Былинушка"
Волкова Л. М.
М. П. 9 апреля 2025 г.
Подпись _____

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	Са	Fe
завтрак											
271,1	ТК № 271.1 Кукуруза консервир. порц. (без номера) Сб. 1994 г.	60	1,32	0,24	6,72	34,8	0,01	0,03	2,88	3	0,24
15,1	Омлет натуральный+	120	12	12,3	2,4	167,7	0,06	0,33	0,18	81,84	1,92
34,1	Чай с лимоном+	200	0,22	0,1	14,58	59	0,003	0,003	2,9	8,2	0,907
	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
	Итого:	425	16,584	16,625	42,425	386,02	0,073	0,373	5,96	95,44	3,087
завтрак 2ой											
0,21	Мандарины+	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	0,03	38	35	0,1
	Итого:	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	0,03	38	35	0,1
обед											
	Огурцы консервированные порциями	60	0,406	0,056	0,976	6	0,012	0,012	3	13,8	0,36
253,2	Суп картофельный с клецками+	200	3,44	4,77	22,81	148	0,11		11,53	25,54	1,04
300,2	Клецки+	20	1,169	1,106	4,835	34,002	0,016	0,027		13,777	0,127
222	Зелень в суп+	2	0,104	0,024	0,16	1,2		0,004	2	4,46	0,032
222,2	Лук зеленый в суп+	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,46	0,032
330,1	Горох отварной+	100	8,536	2,716	19,5	137	0,378	0,378		59,95	3,21
114,3	Фрикадельки рыбные из кеты	80	10,86	3,99	4,2	96,17	0,23	3,25	0,93	39,8	1,04
0,01	Соль+	5								22,08	0,174
508	Напиток витаминный " Витошка"	180			15,21						
0,09	Хлеб ржаной+	50	3,3	0,6	7,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
	Итого:	699	27,867	13,274	74,871	511,482	0,836	3,715	19,46	201,367	7,965
полдник											
37,1	Молоко кипяченое+	190	4,845	5,035	8,93	98,23	0,048	0,152	0,988	209,38	0,095
0,22	Мёд+	15	0,12		12,03	46,5			0,3	2,1	0,12
147,1	Блины+	60	4,065	2,468	25,403	126,068	0,083	0,03		10,973	0,795
	Итого:	265	9,03	7,503	46,363	270,798	0,13	0,182	1,288	222,453	1,01
ужин											
60,2	Икра морковная+	60	1,7	5,5	8,7	85,9	0,02	0,03	4,96	25,5	1,14
236	Печень по – строгановски+	90	10,676	9,473	6,48	153,9	0,214		22,916	29,723	4,815
104,1	Картофельное пюре+	150	3,18	4,09	20,99	139,01	0,13	0,11	10,81	37,04	1,1
0,44	Сок фруктовый+	200	1	0,2	17,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
0,1	Хлеб пшеничный+	40	2,9	0,45	13,34	84,8	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	540	19,456	19,713	67,11	570,89	0,484	0,19	42,686	143,763	8,805
	Итого за день:	2 029	73,737	57,314	238,269	1 777,189	1,583	4,49	107,394	698,022	20,967
	Итого среднее за 10 дней:		84,332	71,578	324,823	2 289,679	1,113	5,261	171,406	1 112,796	20,357

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану 225 руб.
Средняя стоимость за 10 дней: 235,34 руб.

Шеф повар: _____ / Николаева О. В.

Врач(диетсестра): _____ /

Бухгалтер: _____ / Сераева И. В.

День: 5
Неделя: 2
Сезон: 2025 весна-лето сад
Возрастная категория: 2 БЛОК Дети Сад

" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ г.
Нижневартовска ДС № 86
"Былинушка"
Волкова Л. М.
М. П. 10 апреля 2025 г.
Подпись _____

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
завтрак											
269	Каша «Янтарная»+	200	8,48	21,86	10,16	269,7	0,21		1,31	139,23	1,26
	Масло в кашу+	2	0,02	1,46	0,02	13,32		0,002		0,48	
	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
	Кофейный напиток *	200	2,5	1,6	14,331	77,26					
	Итого:	447	14,044	28,905	43,236	484,8	0,21	0,012	1,31	142,11	1,28
завтрак 2ой											
0,28	Апельсины+	89	0,801	0,178	7,209	32,2	0,036	0,027	53,4	30,26	0,267
	Итого:	89	0,801	0,178	7,209	32,2	0,036	0,027	53,4	30,26	0,267
обед											
316, 1	Лечо (перец маринованный резанный болгарский в банках) порционно+	60	0,9	3,5	6	60	0,02	0,04	30,5	12	1,14
81,1	Суп картофельный+	250	2,5	2,88	19,13	116,75	0,116	0,083	10,016	20,83	1,116
249, 3	Рыба горбуша для супа+	25	5,45	1,83		38	0,04	0,03		4,75	0,2
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
230	Масло сливочное для подачи к блюдам+	5	0,05	3,65	0,05	33,03		0,005		1,2	0,01
3 31 5	Рис отварной	125	3,043	4,479	30,57	174,75	0,021	0,016		1,138	0,439
478	Оладьи из печени (запеченные)	80	12,37	8,82	8,13	161	0,25	13,21	25,31	12,35	5,82
0,09	Хлеб ржаной+	50	3,3	0,6	7,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
128	Компот из смеси сухофруктов+	180	1,35		39,785	156,114	0,018	0,072	2,25	52,11	1,404
0,01	Соль+	5								22,08	0,174
	Итого:	785	29,171	25,807	111,085	830,554	0,555	13,506	73,076	155,108	12,333
полдник											
0,18	Вафли+	40	1,28	1,12	32,06	138,8					
37,1	Молоко кипяченое+	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
	Итого:	240	6,38	6,42	41,46	242,2	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
ужин											
276	Салат из консервированных овощей+	60	1,19	3,09	2,97	44,84	0,04	0,02	4,74	12,65	0,38
183	Соус сметанный+	10	0,153	0,207	0,567	4,853	0,003	0,003	0,003	2,207	0,017
28,1	Клещки из картофеля+	200	12,3	4,61	49,7	314,1	0,22	0,23	0,62	40,61	2,72
129, 1	Кисель из замороженных плодов и ягод.	200	0,3		24,8	104,4					
0,1	Хлеб пшеничный+	40	2,9	0,45	13,34	84,8	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	510	16,843	8,357	91,377	552,993	0,343	0,283	5,363	66,967	4,067
	Итого за день:	2 071	67,239	69,666	294,367	2 142,748	1,194	13,988	134,189	614,844	18,047
	Итого среднее за 10 дней:		84,332	71,578	324,823	2 289,679	1,113	5,261	171,406	1 112,796	20,357

Стоимость рациона: _____ руб.
Стоимость по плану: 225 руб.
Средняя стоимость за 10 дней: 232,07 руб.

Шеф повар: _____ / Николаева О. В.

Врач(диетсестра): _____ /

Бухгалтер: _____ / Сераева И. В.