

День: 2
Неделя: 2
Сезон: Весна -лето сад 2025
Возрастная категория: Дети - сад к2

" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ города
Нижевартовска ДС №
17"Ладушки"
Полятыкина Я. В.
М. П. 16 июня 2025 г.
Подпись _____

**Ежедневное меню
на 17 июня 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										
7,1	Каша пшеничная молочная	180	10,44	4,95	45,72	272,88		21,6	0,837	167,346	2,394
	Какао на молоке	200	4,61	4,14	18,386	129,21	0,089	44,444	2,889	267,167	0,278
0,19	Бутерброд с маслом и сыром	30,34/7/ 10,638	2,52	6,17	0,09	80	0,01		0,18	108,68	0,13
0,23	Груша	100	0,4	0,03	9,5	40,55	0,02	0,03	5	19	2,3
	Итого:	527	17,97	15,29	73,696	522,64	0,119	66,074	8,906	562,193	5,102
	Обед										
216,1	Помидоры свежие порциями	60	0,7	0,1	2,3	12,4	0,04	0,02	15	8,4	0,54
66,1	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82	0,05	0,05	8,63	37,58	1,15
220,1	Мясо для супа(говядина)	25	6,5	4,2		63,5	0,013	0,04		7,5	0,4
0,13	Сметана в суп	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
112,1	Котлеты рыбные	80	14,6	2,3	8,2	109,8	0,07	0,1	1	47,66	0,64
321	Картофельное пюре	120	2,448	3,84	16,352	109,8	0,104	0,088	8,648	29,632	0,88
181,1	Соус молочный (для подачи к блюдам)	25	0,5	1,2	1,9	20,2	0,01	0,02	0,07	14,98	0,04
143,1	Напиток из плодов шиповника	180	0,63		16,48	63,91	0,01	0,13	220	12,4	5,06
0,01	Соль	2								7,36	0,058
0,09	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
	Итого:	750	30,368	16,97	72,742	559,16	0,387	0,508	253,398	190,212	10,738
	Полдник										
281	Кефир	163	4,727	4,075	6,52	81,5	0,063	0,281	1,141	195,6	0,163
148,2	Ватрушка с творогом	70	9,88	2,5	31,97	180,06	0,109	0,124	0,124	45,78	1,112
	Итого:	233	14,607	6,575	38,49	261,56	0,172	0,405	1,265	241,38	1,275
	Ужин										
247,3	Винегрет овощной (с зеленым горошком)	60	0,84	4,567	4,371	62,412	0,05	0,05	14,05	42,45	1,13
175,1	Макароны, запеченные с яйцом	180	10,242	6,507	37,368	239,472	0,099	0,153	0,207	65,628	1,458
32,1	Чай	200	0,8	0,2	0,2	5,6		0,04	0,4	17,6	3,28
0,4	Пряники	50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
0,1	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,315	16,338	80,36	0,056	0,021		8,05	0,665
	Итого:	525	16,222	14,244	75,017	485,534	0,222	0,276	14,657	140,248	7,005
	Итого за день:	2 035	79,167	53,079	259,945	1 828,894	0,9	67,263	278,226	1 134,033	24,12
	Итого среднее за 10 дней:		74,046	60,177	267,69	1 908,604	1,003	17,122	170,191	959,418	19,432

Стоимость рациона 244 руб.
Стоимость по плану 244 руб.
Средняя
стоимость за 10
дней: 244 руб.

Шеф-повар: _____ / Максимова О.С.

Мед. работник: _____ / Мусаева А. Р.

Бухгалтер: _____ / Таймасова Р. Р.

День: 2
Неделя: 2
Сезон: Весна-лето ясли 2025
Возрастная категория: Дети - ясли к2

" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ города
Нижевартовска ДС №
17"Ладушки"
Полятыкина Я. В.
М. П. 16 июня 2025 г.
Подпись _____

Ежедневное меню
на 17 июня 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										
17,5	Суп молочный с крупой (пшеничная)	150	2,6	2,8	11	80,6	0,05	0,17	0,84	164,78	0,17
	Какао на молоке	150	3,46	3,1	13,994	97,73	0,06	30	1,95	180,34	0,18
0,19	Бутерброд с маслом и сыром	24,991/ 5/6,383	2,5	5,73	0,06	50,35	70,8		0,01	108,2	0,13
0,23	Груша	100	0,4	0,029	9,5	40,549	0,02	0,029	5	19	2,3
	Итого:	436	8,96	11,659	34,554	269,229	70,93	30,199	7,8	472,32	2,78
	Обед										
216,1	Помидоры свежие порциями	50	0,5	0,125	1,875	10,375	0,025	0,025	12,5	7	0,45
66,1	Борщ с капустой и картофелем	150	1,33	3,02	9,29	70,31	0,04	0,04	4,45	19,07	0,77
220,1	Мясо для супа(говядина)	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3
0,13	Сметана в суп	8	0,24	0,8	0,24	9,04			0,053	7,2	
112,1	Котлеты рыбные	70	12,833	1,983	7,233	96,017	0,058	0,082	0,875	41,697	0,56
321	Картофельное пюре	100	2,042	3,2	13,625	91,5	0,072	0,061	6,005	20,575	0,608
181,1	Соус молочный (для подачи к блюдам)	25	0,5	1,2	1,9	20,2	0,01	0,02	0,07	14,98	0,04
143,1	Напиток из плодов шиповника	150	0,5		13,21	51,3	0,01	0,1	164,92	9,3	3,79
0,01	Соль	3								11,04	0,087
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	616	25,785	14,208	61,053	470,972	0,295	0,387	188,873	150,862	8,165
	Полдник										
281	Кефир	150	4,35	3,75	6	75	0,058	0,258	1,05	180	0,15
148,2	Ватрушка с творогом	60	8,5	2,1	27,3	153,7	0,09	0,1	0,11	39,08	0,95
	Итого:	210	12,85	5,85	33,3	228,7	0,148	0,358	1,16	219,08	1,1
	Ужин										
247,3	Винегрет овощной (с зеленым горошком)	60	0,84	4,569	4,37	62,409	0,06	0,06	16,86	50,94	1,356
175,1	Макароны, запеченные с яйцом	150	8,54	5,43	31,14	199,57	0,083	0,133	0,175	54,69	1,216
32,1	Чай	150	0,6	0,2	0,1	4,2		0,03	0,3	14,84	2,46
0,14	Печенье	20	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
0,1	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,053	0,023		10,5	1,17
	Итого:	410	13,64	13,214	62,61	416,969	0,213	0,258	17,335	137,49	6,674
	Итого за день:	1 672	61,235	44,932	191,517	1 385,87	71,586	31,203	215,168	979,752	18,719
	Итого среднее за 10 дней:		59,42	48,64	203,955	1 484,161	14,959	11,628	126,187	777,543	15,166

Стоимость рациона 211 руб.
Стоимость по плану 211 руб.
Средняя
стоимость за 10
дней: 211 руб.

Шеф-повар: _____ / Максимова О.С.

Мед. работник: _____ / Мусаева А. Р.

Бухгалтер: _____ / Таймасова Р. Р.