

" УТВЕРЖДАЮ"

Заведующий МАДОУ города
Нижневартовска ДС №
17"Ладушки"

Полятыкина Я. В.

М. П. 18 июня 2025 г.

Подпись _____

День: 4
Неделя: 2
Сезон: Весна -лето сад 2025
Возрастная категория: Дети - сад к2**Ежедневное меню
на 19 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		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак										
18,1	Суп молочный с макаронными изделиями	180	3,87	3,42	14,49	106,47	0,072	0,189	0,882	175,986	0,288
34	Чай с молоком	200	1,9	1,9	14,8	83,9	0,022	0,089	0,533	83,333	1,322
501	Бутерброд с повидлом (на батоне)	10,1/30,082	2,3	0,9	21,8	104,2	0,03	0,01	0,05	7,1	0,49
	Итого:	420	8,07	6,22	51,09	294,57	0,124	0,288	1,465	266,419	2,1
	Обед										
216,1	Помидоры свежие порциями	60	0,7	0,1	2,3	12,4	0,04	0,02	15	8,4	0,54
67,1	Борщ с картофелем	200	1,63	4	11,29	87,8	0,06	0,06	7,42	31,78	1,28
239,1	Мясо для супа (куры)	11	5,267	5,038	0,062	66,528	0,029		0,746	7,819	0,462
0,13	Сметана в суп	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
236,1	Печень по – строгановски	80	9,49	8,42	5,76	136,8	0,19		20,37	26,42	4,28
313	Гречка рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	0,24	0,13		19,55	4,59
275	Компот из консервированных плодов	180	0,144		27,301	110,763	0,014	0,029	2,16	7,551	0,395
0,01	Соль	3								11,04	0,087
0,09	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
	Итого:	742	29,371	25,048	102,672	755,591	0,664	0,299	45,746	137,26	13,604
	Полдник										
281	Кефир	200	5,8	5	8	100	0,078	0,344	1,4	240	0,2
0,4	Пряники	50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
	Итого:	250	7,48	7,655	24,74	197,69	0,095	0,356	1,4	246,52	0,672
	Ужин										
0,29	Яблоко	120	0,048	0,048	11,76	51,216	0,036	0,024	198	19,2	2,64
144,2	Запеканка из творога	150	23,888	24,888	12,15	363,113	0,075	0,4	0,35	222,75	1
182,3	Соус сладкий	31	2,232	2,635	17,205	101,68	0,002	0,118	0,31	95,17	0,062
139,1	Напиток клюквенный	180	0,09		18,817	71,289	0,009	0,009	3,375	3,582	0,198
0,1	Хлеб пшеничный	29	2,204	0,261	13,537	66,584	0,046	0,017		6,67	0,551
	Итого:	510	28,461	27,831	73,469	653,881	0,168	0,568	202,035	347,372	4,451
	Итого за день:	1 922	73,382	66,754	251,972	1 901,732	1,051	1,511	250,646	997,571	20,827
	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.

" УТВЕРЖДАЮ"

Заведующий МАДОУ города
Нижневартовска ДС №
17"Ладушки"

Полятыкина Я. В.

М. П. 18 июня 2025 г.

Подпись _____

День: 4
Неделя: 2
Сезон: Весна-лето ясли 2025
Возрастная категория: Дети - ясли к2**Ежедневное меню
на 19 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		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
6,1	Каша манная молочная	150	6	3,9	25,8	163,4	0,06	0,15	0,72	148,8	0,32
34	Чай с молоком	160	1,707	1,707	13,227	75,093	0,011	0,064	0,384	60	0,949
268	Бутерброды с маслом	25/5	2,1	6,471	12,531	116,57	0,05	0,03		9,3	0,62
	Итого:	340	9,807	12,078	51,558	355,063	0,121	0,244	1,104	218,1	1,889
Обед											
216,1	Помидоры свежие порциями	50	0,5	0,125	1,875	10,375	0,025	0,025	12,5	7	0,45
67,1	Борщ с картофелем	150	1,23	3	8,46	65,85	0,04	0,04	4,45	19,07	0,77
239,1	Мясо для супа (куры)	15	11,97	11,445	0,143	151,2	0,068		1,695	17,768	1,05
0,13	Сметана в суп	7	0,21	0,7	0,21	7,91			0,047	6,3	
236,1	Печень по – строгановски	60	7,12	6,32	4,32	102,6	0,143		15,28	19,82	3,21
204,1	Гречка рассыпчатая	90	5,16	3,654	23,184	146,25	0,144	0,077		11,727	2,754
275	Компот из консервированных плодов	150	0,12		23	93,3	0,012	0,024	1,8	6,3	0,33
0,01	Соль	2								7,36	0,058
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	564	28,95	25,724	74,872	648,315	0,502	0,196	35,772	109,345	10,182
Полдник											
281	Кефир	150	4,35	3,75	6	75	0,058	0,258	1,05	180	0,15
0,4	Пряники	50	4,2	6,638	41,85	244,225	0,043	0,03		16,3	1,18
	Итого:	200	8,55	10,387	47,85	319,225	0,101	0,288	1,05	196,3	1,33
Ужин											
0,29	Яблоко	110	0,044	0,044	10,78	46,948	0,032	0,022	181,5	17,6	2,42
25,2	Запеканка из творога	110	21,857	3,652	18,194	186,296	0,055	0,231	0,253	131,901	0,594
182,3	Соус сладкий	26	1,872	2,21	14,43	85,28	0,046	0,099	0,26	79,82	0,052
139,1	Напиток клюквенный	150	0,1		15,706	59,36			2,81	2,98	0,17
0,1	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,84	35,4	0,035	0,015		7	0,78
	Итого:	416	25,193	6,146	65,95	413,284	0,168	0,367	184,823	239,301	4,016
	Итого за день:	1 520	72,499	54,335	240,229	1 735,887	0,891	1,096	222,749	763,045	17,417
	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.