

" УТВЕРЖДАЮ"

Заведующий МАДОУ города  
Нижневартовска ДС №  
17"Ладушки"

Полятыкина Я. В.

М. П. 22 июня 2025 г.

Подпись \_\_\_\_\_

День: 1

Неделя: 1

Сезон: Весна -лето сад 2025

Возрастная категория: Дети - сад к2

**Ежедневное меню  
на 23 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
	<b>Завтрак</b>										
6,1	Каша манная молочная	200	7,9	5,2	34,4	217,8	0,08	0,21	0,96	198,4	0,43
34	Чай с молоком	180	1,71	1,71	13,32	75,51	0,02	0,08	0,48	75	1,19
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
	<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>11,91</b>	<b>7,81</b>	<b>69,52</b>	<b>397,51</b>	<b>0,13</b>	<b>0,3</b>	<b>1,49</b>	<b>280,5</b>	<b>2,11</b>
	<b>Обед</b>										
276	Салат из консервированных овощей	60	1,19	3,09	2,97	44,84	0,04	0,02	4,74	12,65	0,38
73,1	Щи из свежей капусты	200	1,36	3,86	5,35	61,6	0,033	0,033	13,916	43,866	0,66
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	10	0,3	1	0,275	11,3		0,025	0,063	9	0,025
227,2	Плов из говядины	200	13,035	14,4	38,322	335,2	0,113		6,8	29,939	2,757
481	Кисель из брусники	200	0,12	0,08	14,798	60,46			3	8,84	0,15
0,01	Соль	2								7,36	0,058
0,09	Хлеб ржаной	52	3,432	0,624	17,784	92,05	0,094	0,042		18,2	2,028
	<b>Итого:</b>	<b>749</b>	<b>25,937</b>	<b>27,254</b>	<b>79,499</b>	<b>668,95</b>	<b>0,293</b>	<b>0,16</b>	<b>28,519</b>	<b>137,355</b>	<b>6,458</b>
	<b>Полдник</b>										
281,1	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	92	0,04	0,023	0,54	223,2	0,18
197,3	Яблоки печеные с медом	80	0,4	0,36	17,91	77	0,02	0,02	3,91	15,4	2,06
	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>5,62</b>	<b>4,86</b>	<b>25,47</b>	<b>169</b>	<b>0,06</b>	<b>0,043</b>	<b>4,45</b>	<b>238,6</b>	<b>2,24</b>
	<b>Ужин</b>										
311,1	Томаты в собственном соку порциями	61	0,671	0,061	2,135	36,6	0,012	0,018	13,725	9,15	0,732
291,2	Запеканка картофельная с печенью	200	12,725	7,813	34,163	257,5	0,3	1	6,788	29,75	4,638
0,44	Сок фруктовый	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
0,1	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,315	16,338	80,36	0,056	0,021		8,05	0,665
	<b>Итого:</b>	<b>496</b>	<b>17,056</b>	<b>8,389</b>	<b>80,236</b>	<b>481,74</b>	<b>0,408</b>	<b>1,059</b>	<b>24,513</b>	<b>86,95</b>	<b>6,835</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 925</b>	<b>60,523</b>	<b>48,313</b>	<b>254,724</b>	<b>1 717,2</b>	<b>0,891</b>	<b>1,562</b>	<b>58,971</b>	<b>743,405</b>	<b>17,642</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>74,046</b>	<b>60,177</b>	<b>267,69</b>	<b>1 908,604</b>	<b>1,003</b>	<b>17,122</b>	<b>170,191</b>	<b>959,418</b>	<b>19,432</b>

Стоимость рациона 244 руб.

Стоимость по плану 244 руб.

Средняя  
стоимость за 10дней: 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. 22 июня 2025 г.

Подпись \_\_\_\_\_

День: 1

Неделя: 1

Сезон: Весна-лето ясли 2025

Возрастная категория: Дети - ясли к2

**Ежедневное меню  
на 23 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
	<b>Завтрак</b>										
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
266,1	Бутерброды с повидлом	15/5/25	2,49	3,93	27,56	156	0,05	0,03	0,1	10,9	0,87
	<b>Итого:</b>	<b>355</b>	<b>10,197</b>	<b>9,537</b>	<b>66,587</b>	<b>394,493</b>	<b>0,121</b>	<b>0,244</b>	<b>1,204</b>	<b>219,7</b>	<b>2,139</b>
	<b>Обед</b>										
276	Салат из консервированных овощей	50	1	2,575	2,5	37,563	0,038	0,013	4,025	10,888	0,325
74,1	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,04	2,93	5,09	50,85	0,03	0,03	7,52	22,19	0,44
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	6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4	
227,2	Плов из говядины	180	11,7	12,96	34,5	301,6	0,1		6,12	26,9	2,48
0,01	Соль	2								7,36	0,058
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
	<b>Итого:</b>	<b>598</b>	<b>21,85</b>	<b>23,005</b>	<b>67,046</b>	<b>564,383</b>	<b>0,248</b>	<b>0,103</b>	<b>19,955</b>	<b>99,348</b>	<b>5,273</b>
	<b>Полдник</b>										
281,1	Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	76	0,03	0,02	0,45	186	0,15
197,3	Яблоки печеные с медом	60	0,291	0,257	13,157	55,714	0,017	0,009	2,769	10,971	1,457
	<b>Итого:</b>	<b>210</b>	<b>4,641</b>	<b>4,007</b>	<b>19,457</b>	<b>131,714</b>	<b>0,047</b>	<b>0,029</b>	<b>3,219</b>	<b>196,971</b>	<b>1,607</b>
	<b>Ужин</b>										
311,1	Томаты в собственном соку порциями	51	0,561	0,051	1,785	30,6	0,01	0,015	11,475	7,65	0,612
241	Запеканка картофельная с печенью	150	8,489	4,344	22,262	163,333	0,2	0,678	4,533	19,444	3,1
0,44	Сок фруктовый	170	0,51		23,449	91,143	0,034	0,011	3,4	30,589	0,68
0,1	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,84	35,4	0,035	0,015		7	0,78
	<b>Итого:</b>	<b>391</b>	<b>10,88</b>	<b>4,635</b>	<b>54,336</b>	<b>320,476</b>	<b>0,279</b>	<b>0,719</b>	<b>19,408</b>	<b>64,683</b>	<b>5,172</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 554</b>	<b>47,568</b>	<b>41,184</b>	<b>207,426</b>	<b>1 411,066</b>	<b>0,695</b>	<b>1,094</b>	<b>43,786</b>	<b>580,702</b>	<b>14,191</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>59,42</b>	<b>48,64</b>	<b>203,955</b>	<b>1 484,161</b>	<b>14,959</b>	<b>11,628</b>	<b>126,187</b>	<b>777,543</b>	<b>15,166</b>

Стоимость рациона 211 руб.

Стоимость по плану 211 руб.

Средняя  
стоимость за 10дней: 211 руб.Шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Максимова О. С.Мед. работник: \_\_\_\_\_ / Мусаева А. Р.Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Таймасова Р. Р.