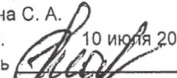


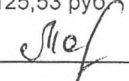
День: 2
 Неделя: 1
 Сезон: Черновик Лето-осень ясли 2023
 Возрастная категория: Ясли 2

" УТВЕРЖДАЮ"
 Заведующий МАДОУ города
 Нижневартовска ДС №10 Белочка
 Головина С. А.
 М. П. 10 июля 2023 г.
 Подпись 

**Ежедневное меню
 на 11 июля 2023 г.**

№ рецептур	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	151	8,758	4,127	38,354	228,916	0,141	0,181	0,705	140,38	2,003
36,2	Какао на молоке	151	3,483	3,121	14,087	98,382	0,06		1,963	181,542	0,181
0,25	Батон нарезной	29	2,204	0,261	13,543	66,594	0,046	0,017		6,67	0,551
	Итого:	331	14,445	7,509	65,984	393,891	0,248	0,199	2,668	328,592	2,735
	Завтрак 2ой										
281,4	Напиток кисломолочный "Снежок"	168	4,704	5,712	18,48	144,48	0,056	0,224	1,512	203,28	0,168
	Итого:	168	4,704	5,712	18,48	144,48	0,056	0,224	1,512	203,28	0,168
	Обед										
215,1	Огурцы свежие порциями	46	0,345	0,046	0,92	5,175	0,012	0,012	3,22	7,82	0,23
81,1	Суп картофельный	150	1,5	1,7	11,5	70	0,07	0,05	6,01	12,5	0,67
220,1	Мясо для супа	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3
222	Зелень в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
255,2	Голубцы ленивые	150	10,02	12,51	11,9	200,08	0,078		37,09	52,15	2,18
183	Соус сметанный	28	0,448	0,56	1,568	13,552		0,011	0,011	6,182	0,045
143,1	Напиток из плодов шиповника+	150	0,5		13,21	51,3	0,01	0,1	164,92	9,3	3,79
0,09	Хлеб ржаной	38	2,508	0,456	12,996	67,289	0,067	0,029		13,3	1,482
	Итого:	584	20,571	18,682	52,174	459,396	0,246	0,241	216,251	118,402	8,777
	Уплотненный полдник										
60,2	Икра морковная	40	1,1	3,7	5,8	57,3	0,02	0,02	3,31	17	0,76
103,1	Макаронные изделия отварные	110	8,16	2,88	49,91	152,9	0,153	0,06		18,74	1,086
334	Плюшка новомосковская+	50	3,417	3	27,208	150	0,072		0,026	15,083	0,55
138,1	Кисель из черники+	150	0,3	0,1	14,518	63,98			0,96	6,48	1,56
0,23	Груша	87	0,348	0,026	8,265	35,278	0,017	0,026	4,35	16,53	2,001
0,1	Хлеб пшеничный	33	2,904	0,528	15,048	77,88	0,077	0,033		15,4	1,716
0,01	Соль+	3								11,04	0,087
	Итого:	473	16,229	10,234	120,749	537,338	0,339	0,139	8,646	100,273	7,76
	Итого за день:	1 556	55,949	42,137	257,388	1 535,105	0,889	0,802	229,077	750,548	19,44
	Итого среднее за 10 дней:		58,19	50,708	220,46	1 519,245	14,952	1,933	148,776	738,557	14,474

Стоимость рациона: _____ руб.
 Стоимость по плану 185 руб.
 Средняя стоимость за 10 дней: 125,53 руб.

Шеф-повар:  / Морина О. В.

Врач(диетсестра): _____ /

Бухгалтер: _____ / Одинцова А. А.