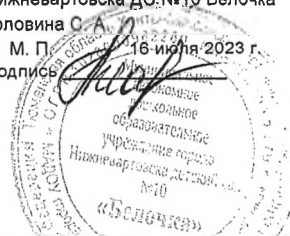


День: 1  
Неделя: 2  
Сезон: Черновик Лето-осень ясли 2023  
Возрастная категория: Ясли 2

" УТВЕРЖДАЮ"  
Заведующий МАДОУ города  
Нижневартовска ДС. №10 Белочка  
Головина С. А.  
М. П. 16 июля 2023 г.  
Подпись: *[Подпись]*



Ежедневное меню  
на 17 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
	<b>Завтрак</b>										
8,1	Каша кукурузная молочная	151	8,758	4,127	38,354	228,916	0,081	0,171	0,705	149,047	1,268
35,1	Кофейный напиток+	151	1,913	1,208	10,783	58,306	0,05	0,191	0,876	180,052	0,443
0,25	Батон нарезной	29	2,204	0,261	13,543	66,594	0,046	0,017		6,67	0,551
	<b>Итого:</b>	<b>331</b>	<b>12,875</b>	<b>5,596</b>	<b>62,68</b>	<b>353,816</b>	<b>0,177</b>	<b>0,38</b>	<b>1,58</b>	<b>335,769</b>	<b>2,262</b>
	<b>Завтрак 2ой</b>										
128	Компот из смеси сухофруктов+	100	0,733		22,267	87,36	0,007	0,04	1,247	28,947	0,78
	<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,733</b>		<b>22,267</b>	<b>87,36</b>	<b>0,007</b>	<b>0,04</b>	<b>1,247</b>	<b>28,947</b>	<b>0,78</b>
	<b>Обед</b>										
79,1	Рассольник домашний	150	1,4	3,1	8,7	69,5	0,05	0,04	6,59	17,97	0,61
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4	
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
492	Язык отварной	60	13,43	8,41		128,6	0,045	0,114		26,138	1,025
103,1	Макаронные изделия отварные	110	8,16	2,88	49,91	152,9	0,153	0,06		18,74	1,086
273,5	Напиток апельсиновый+	150	0,14	0,03	14,19	58,37	0,01		9	5,64	0,1
183	Соус сметанный	25	0,4	0,5	1,4	12,1		0,01	0,01	5,52	0,04
0,09	Хлеб ржаной	36	2,376	0,432	12,312	63,747	0,063	0,027		12,6	1,404
	<b>Итого:</b>	<b>559</b>	<b>31,336</b>	<b>19,362</b>	<b>86,772</b>	<b>543,997</b>	<b>0,331</b>	<b>0,291</b>	<b>20,64</b>	<b>109,158</b>	<b>4,645</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>										
150,1	Суфле творожное	120	17,2	9,2	17,8	218,8	0,06	0,26	0,32	155,5	0,66
182,1	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	0,8	3	20		0,02	0,06	12,34	0,04
138,1	Кисель из черники+	150	0,3	0,1	14,518	63,98			0,96	6,48	1,56
0,18	Вафли	30	1,65	9	18	162	0,015	0,006		4,5	0,27
0,1	Хлеб пшеничный	38	3,344	0,608	17,328	89,68	0,089	0,038		17,733	1,976
0,01	Соль+	3								11,04	0,087
	<b>Итого:</b>	<b>361</b>	<b>22,894</b>	<b>19,708</b>	<b>70,646</b>	<b>554,46</b>	<b>0,164</b>	<b>0,324</b>	<b>1,34</b>	<b>207,593</b>	<b>4,593</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 351</b>	<b>67,838</b>	<b>44,666</b>	<b>242,365</b>	<b>1 539,633</b>	<b>0,679</b>	<b>1,035</b>	<b>24,807</b>	<b>681,467</b>	<b>12,28</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>58,044</b>	<b>48,587</b>	<b>210,925</b>	<b>1 496,699</b>	<b>7,894</b>	<b>1,931</b>	<b>140,892</b>	<b>722,908</b>	<b>14,735</b>

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану 185 руб.  
Средняя стоимость за 10 дней: 143,97 руб.

Шеф-повар: *[Подпись]* / Морина О. В.

Врач(диетсестра): *[Подпись]*  
Бухгалтер: *[Подпись]* / Одинцова А. А.