

" УТВЕРЖДАЮ"  
Заведующий МАДОУ города  
Нижневартовска ДС №61  
"Соловушка"  
Латыпова О. Н.  
М. П. \_\_\_\_\_ июля 2021 г.  
Подпись \_\_\_\_\_

День: 2  
Неделя: 1  
Сезон: Лето-осень сад  
Возрастная категория: Дети сад

### Ежедневное меню 2 день

№ рецеп- туры	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
	<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
143,1	Напиток из плодов шиповника+	200	0,7		18,312	71,02	0,01	0,13	220	12,4	5,06
268	Бутерброды с маслом+	40/5	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62
	<b>Итого:</b>	<b>445</b>	<b>11,05</b>	<b>12,75</b>	<b>67,332</b>	<b>424,82</b>	<b>0,14</b>	<b>0,37</b>	<b>220,96</b>	<b>220,1</b>	<b>6,11</b>
	<b>Завтрак 2ой</b>										
0,02	Бананы+	80	1,2	0,08	16,8	69,84	0,032	0,04	8	6,4	0,48
	<b>Итого:</b>	<b>80</b>	<b>1,2</b>	<b>0,08</b>	<b>16,8</b>	<b>69,84</b>	<b>0,032</b>	<b>0,04</b>	<b>8</b>	<b>6,4</b>	<b>0,48</b>
	<b>Обед</b>										
314,1	Соус томатный+	30	1,36	3,6	6,24	64	0,016	0,016	2,24	16	0,56
249,1	Уха с перловой крупой**	200	1,904	2,2	14	86,6	0,08	0,048	7,408	16,12	0,853
250,3	Шницели+	80	12,9	7,8	7,8	152	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
222	Зелень в суп+	3	0,195	0,045	0,3	2,25		0,015	7,5	16,725	0,12
212,1	Капуста тушённая+	150	4,12	9,19	16,94	151,92	0,06	0,09	65,06	101,58	2,02
139,1	Напиток клюквенный+	200	0,1		20,908	79,21	0,01	0,01	3,75	3,98	0,22
0,09	Хлеб ржаной+	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
249,2	Рыба лосось (семга) для ухи с перловой крупой+	25	5	2,03		38,25	0,06	0,06	0,25	3,75	0,2
	<b>Итого:</b>	<b>738</b>	<b>28,879</b>	<b>25,465</b>	<b>83,288</b>	<b>662,74</b>	<b>0,366</b>	<b>0,379</b>	<b>86,32</b>	<b>206,305</b>	<b>6,748</b>
	<b>Полдник</b>										
37,1	Молоко кипячённое+	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
301	Булочка русская+	70	4,96	3,38	45,73	233,1	0,08	0,08	0,05	19,65	0,687
	<b>Итого:</b>	<b>270</b>	<b>10,06</b>	<b>8,68</b>	<b>55,13</b>	<b>336,5</b>	<b>0,13</b>	<b>0,24</b>	<b>1,09</b>	<b>240,05</b>	<b>0,787</b>
	<b>Ужин</b>										
180,1	Вареники ленивые+	150	18,5	17,83	26,2	340,125	0,075	0,3	0,25	163,6	0,975
1,1	Масло+	5	0,08	7,25	0,13	66,06		0,01		2,4	0,02
0,01	Соль+	5								18,4	0,145
34	Чай с молоком+	200	1,9	1,9	14,8	83,9	0,02	0,08	0,48	75	1,19
	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>20,48</b>	<b>26,98</b>	<b>41,13</b>	<b>490,085</b>	<b>0,095</b>	<b>0,39</b>	<b>0,73</b>	<b>259,4</b>	<b>2,33</b>
	<b>.Питьевой режим</b>										
0,34	Вода питьевая+	200								12	0,003
	<b>Итого:</b>	<b>200</b>								<b>12</b>	<b>0,003</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>2 093</b>	<b>71,669</b>	<b>73,955</b>	<b>263,68</b>	<b>1 983,985</b>	<b>0,763</b>	<b>1,419</b>	<b>317,1</b>	<b>944,255</b>	<b>16,457</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>76,613</b>	<b>70,783</b>	<b>284,631</b>	<b>2 069,521</b>	<b>0,97</b>	<b>4,879</b>	<b>162,379</b>	<b>905,674</b>	<b>17,68</b>

Стоимость рациона \_\_\_\_\_ руб.  
Стоимость по плану \_\_\_\_\_ руб.  
Средняя  
стоимость за 10 \_\_\_\_\_ руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Миндиярова А. М.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ / Потапова Е. В.

бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Седых Н. В.