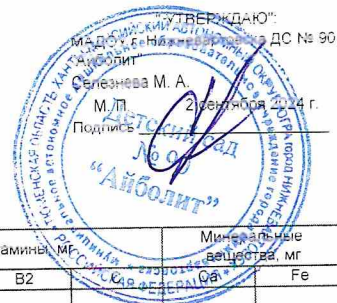


День: 1  
 Неделя: 1  
 Сезон: Лето-Осень Ясли от 1 до 3 лет 2024  
 Возрастная категория: Дети ясли 1-3х лет



### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	Fe			
<b>Завтрак</b>													
3,1	Каша рисовая молочная+	11,37	160	5,547	4,16	28,587	174,72	0,053	0,16	0,768	155,915	0,341	
0,25	Батон нарезной+	2,19	30	2,28	0,27	14,01	68,99	0,048	0,018		6,9	0,57	0000
35,1	Кофейный напиток+	12,39	160	2,027	1,28	11,426	61,781	0,053	0,203	0,926	190,784	0,489	0001 (№ 395)
	<b>Итого:</b>	<b>25,95</b>	<b>350</b>	<b>9,853</b>	<b>5,71</b>	<b>54,023</b>	<b>305,391</b>	<b>0,155</b>	<b>0,381</b>	<b>1,696</b>	<b>353,599</b>	<b>1,381</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,04	Сок тыквенный+	3	100	0,5		12,093	47,953	0,02	0,02	1,2	12,993	0,2	0001 (№ 399)
	<b>Итого:</b>	<b>3</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>		<b>12,093</b>	<b>47,953</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>1,2</b>	<b>12,993</b>	<b>0,2</b>	
<b>Обед</b>													
0,01	Соль+	0,06	3								14,72	0,116	0000
70,1	Борщ сибирский+	3,9	150	2,3	2,5	9,2	68,9	0,04	0,03	4,67	29,74	0,96	0000
0,13	Сметана в суп+	1,05	5	0,15	0,5	0,15	5,85			0,033	4,5		0000
222	Зелень в суп+	1,21	5	0,125	0,025	0,2	1,5		0,025	12,5	27,875	0,2	0005
263,1	Бефстроганов из говядины+	23,67	60	14,63	1,52	0,28	72,96	0,06	0,09	0,12	7,2	1,21	
103,1	Макаронные изделия отварные+	5,41	110	8,576	3,168	54,901	168,19	0,168	0,066		20,614	1,195	0001 (№ 317)
275	Компот из консервированных плодов+	0,57	150	0,12		23	93,3	0,012	0,024	1,8	6,3	0,33	0001 (№ 377)
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,63	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>37,87</b>	<b>523</b>	<b>28,941</b>	<b>8,193</b>	<b>101,411</b>	<b>481,33</b>	<b>0,35</b>	<b>0,265</b>	<b>19,123</b>	<b>124,949</b>	<b>5,571</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	9	150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,36	0,07	0001 (№ 400)
302,1	Сырная палочка+	10,19	50	6,14	18,31	24,91	289,2	0,069	0,069	0,11	97,22	0,589	0003
	<b>Итого:</b>	<b>19,19</b>	<b>200</b>	<b>10,04</b>	<b>22,31</b>	<b>32,01</b>	<b>367</b>	<b>0,109</b>	<b>0,229</b>	<b>0,89</b>	<b>250,6</b>	<b>0,659</b>	
<b>Ужин</b>													
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду)+	2,24	30	0,6	1,44	2,28	24,24	0,012	0,024	0,084	17,976	0,048	
319,2	Запеканка картофельная с овощами+	16,53	190	5,751	11,007	31,16	247	0,244	0,244	36,233	53,884	2,66	0002 (№ 264)
132	Кисель из кураги+	6,79	170	0,907		32,671	140,239		0,023	0,34	20,955	0,51	0001 (№ 380)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,12	20	1,32	0,24	6,84	35,4	0,035	0,015		7	0,78	0000
	<b>Итого:</b>	<b>26,68</b>	<b>410</b>	<b>8,577</b>	<b>12,687</b>	<b>73,151</b>	<b>446,879</b>	<b>0,291</b>	<b>0,306</b>	<b>36,657</b>	<b>99,815</b>	<b>3,998</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>112,69</b>	<b>1 583</b>	<b>67,912</b>	<b>48,9</b>	<b>272,688</b>	<b>1 649,553</b>	<b>0,925</b>	<b>1,2</b>	<b>59,566</b>	<b>841,956</b>	<b>11,808</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 112,69 руб.  
 Стоимость за 10: 154,03 руб.

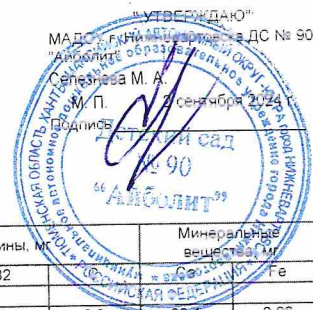
Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

- 0000 - Продукт промышленного производства
- 0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
- 0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)
- 0003 - Техничко-технологическая карта
- 0005 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под. ред. Ф.Л.Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 2  
 Неделя: 1  
 Сезон: Лето-Осень Ясли от 1 до 3 лет 2024  
 Возрастная категория: Дети ясли 1-3х лет



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мкг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец. № рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	Ca	Fe		
	<b>Завтрак</b>												
182,3	Соус сладкий+	7,65	30	2,16	2,55	16,65	98,4	0,053	0,114	0,3	92,1	0,06	0000
146,1	Пудинг из творога+	32,15	130	16,978	17,797	31,681	348,062	0,072	0,289	0,216	158,314	1,248	0001 (№ 235)
32,1	Чай+	0,42	180	0,72	0,24	0,12	5,04		0,036	0,36	17,808	2,952	0001 (№ 391)
266	Бутерброды с джемом+	4,76	21,818/3,636/7,42	1,925	2,858	21,004	117,091	0,036	0,022	0,349	7,636	0,502	0002 (№ 1)
	<b>Итого:</b>	<b>44,98</b>	<b>372,874</b>	<b>21,683</b>	<b>23,445</b>	<b>69,455</b>	<b>568,593</b>	<b>0,161</b>	<b>0,46</b>	<b>1,225</b>	<b>275,858</b>	<b>4,762</b>	
	<b>Завтрак 2ой</b>												
0,31	Черешня+	61,05	100	1,1	0,4	10,6	48,28	0,009	0,009	15	33	1,8	
	<b>Итого:</b>	<b>61,05</b>	<b>100</b>	<b>1,1</b>	<b>0,4</b>	<b>10,6</b>	<b>48,28</b>	<b>0,009</b>	<b>0,009</b>	<b>15</b>	<b>33</b>	<b>1,8</b>	
	<b>Обед</b>												
220,1	Мясо для супа+	13,66	15	3,9	2,55		38,55	0,008	0,023		4,5	0,225	0001 (№ 273)
204,1	Гречка рассыпчатая+	2,8	110	6,611	1,716	33,429	158,477	0,176	0,095		14,333	3,366	0001 (№ 313)
0,01	Соль+	0,06	3								14,72	0,116	0000
58	Икра кабачковая+	6,93	40	0,9	3,1	4,9	44,6	0,02	0,02	7,13	17,65	0,49	0001 (№ 53)
82,1	Суп крестьянский с крупой+	2,33	140	1,4	2,987	7,467	63	0,037	0,019	4,695	15,96	0,457	0002 (№ 134)
222	Зелень в суп+	0,48	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	0006
236	Печень по – строгановски+	18,97	60	7,12	6,32	4,32	102,6	0,143		15,28	19,82	3,21	0002 (№ 431)
0,44	Сок фруктовый+	7,28	150	0,45		20,69	80,42	0,03	0,01	3	26,99	0,6	0000
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>54,51</b>	<b>560</b>	<b>23,071</b>	<b>17,163</b>	<b>84,566</b>	<b>559,077</b>	<b>0,484</b>	<b>0,206</b>	<b>35,105</b>	<b>139,133</b>	<b>10,104</b>	
	<b>Полдник</b>												
281,1	Ряженка++	13,68	180	5,22	4,5	7,56	91,2	0,036	0,024	0,54	223,2	0,18	0001 (№ 401)
0,18	Вафли+	4	20	0,48	0,42	12	52,08	0,005	0,002		1,5	0,09	0000
	<b>Итого:</b>	<b>17,68</b>	<b>200</b>	<b>5,7</b>	<b>4,92</b>	<b>19,56</b>	<b>143,28</b>	<b>0,041</b>	<b>0,026</b>	<b>0,54</b>	<b>224,7</b>	<b>0,27</b>	
	<b>Ужин</b>												
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	8,68	120	1,784	4,904	11,024	95,04	0,088	0,088	23,048	28,048	0,88	0001 (№ 137)
114,1	Фрикадельки рыбные+	6,92	60	10,1	1,5	5,4	73	0,06	0,08	0,47	39,27	0,69	
203,1	Напиток брусничный+	11,87	180	0,12		22,44	85,56			1,344	8,532	0,144	0003 (№ 203.1)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,053	0,023		10,5	1,17	0000
	<b>Итого:</b>	<b>31,15</b>	<b>390</b>	<b>13,984</b>	<b>6,764</b>	<b>49,124</b>	<b>306,7</b>	<b>0,201</b>	<b>0,191</b>	<b>24,862</b>	<b>86,35</b>	<b>2,884</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>209,37</b>	<b>1 622,874</b>	<b>65,538</b>	<b>52,692</b>	<b>233,304</b>	<b>1 625,93</b>	<b>0,895</b>	<b>0,892</b>	<b>76,732</b>	<b>759,041</b>	<b>19,82</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 209 37 руб.  
 Стоимость за 10: 154,03 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

- 0000 - Продукт промышленного производства
- 0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, ДеЛи принт)
- 0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)
- 0003 - Технико-технологическая карта
- 0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под. ред. Ф.Л. Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 3  
Неделя: 1  
Сезон: Лето-Осень Ясли от 1 до 3 лет 2024  
Возрастная категория: Дети ясли 1-3х лет



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe	
<b>Завтрак</b>													
5,1	Каша геркулес молочная+	11,49	150	6,1	5,1	21,9	158	0,12	0,17	0,72	155,8	0,89	0001 (№ 185)
36	Какао на молоке+	12,53	150	5,09	5,91	17,314	139,25	0,06	0,24	1,95	182,33	0,68	
100	Бутерброд с сыром+	7,37	35/8,638	4,73	6,88	14,56	139	0,05	0,05	0,07	96,1	0,71	0001 (№ 3)
	<b>Итого:</b>	<b>31,39</b>	<b>343,638</b>	<b>15,92</b>	<b>17,89</b>	<b>53,774</b>	<b>436,25</b>	<b>0,23</b>	<b>0,46</b>	<b>2,74</b>	<b>434,23</b>	<b>2,28</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,16	Абрикосы+	34,88	100	0,9	0,1	9	38,667	0,029	0,06	10	28	0,7	
	<b>Итого:</b>	<b>34,88</b>	<b>100</b>	<b>0,9</b>	<b>0,1</b>	<b>9</b>	<b>38,667</b>	<b>0,029</b>	<b>0,06</b>	<b>10</b>	<b>28</b>	<b>0,7</b>	
<b>Обед</b>													
251,1	Азу с говядиной+	52,22	170	9,274	12,457	12,429	221,557	0,151		22,931	30,137	2,437	0002 (№ 438)
0,01	Соль+	0,06	3								14,72	0,116	0000
87,1	Суп картофельный с макаронными изделиями+	3,52	140	1,587	1,027	11,107	62,627	0,056	0,037	3,892	11,321	0,532	0001 (№ 82)
222	Зелень в суп+	0,96	4	0,1	0,02	0,16	1,2		0,02	10	22,3	0,16	0006
128	Компот из смеси сухофруктов+	3,07	180	1,32		40,08	157,248	0,012	0,072	2,244	52,104	1,404	0001 (№ 375)
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>61,83</b>	<b>537</b>	<b>14,921</b>	<b>13,984</b>	<b>77,456</b>	<b>513,462</b>	<b>0,289</b>	<b>0,159</b>	<b>39,067</b>	<b>144,583</b>	<b>6,209</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	10,21	170	4,42	4,533	8,047	88,173	0,045	0,181	0,884	173,831	0,079	0001 (№ 400)
337,1	Булочка "Тюменская"+	7,25	50	3,517	5,192	32,158	189,167	0,071		0,083	19,56	0,65	0004
	<b>Итого:</b>	<b>17,46</b>	<b>220</b>	<b>7,937</b>	<b>9,725</b>	<b>40,205</b>	<b>277,34</b>	<b>0,116</b>	<b>0,181</b>	<b>0,967</b>	<b>193,381</b>	<b>0,729</b>	
<b>Ужин</b>													
250,3	Шницели+	20,94	60	9,7	5,9	5,9	114	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66	0001 (№ 282)
3 336,1	336.1 Капуста тушеная (капуста свежая)	8,11	150	3,098	4,856	14,142	112,65	0,041	0,056	25,743	83,175	1,212	0001 (№ 336)
33	Чай с сахаром+	0,88	170	0,181		0,034	46,24		0,011	0,091	4,579	0,759	0001 (№ 332)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,053	0,023		10,5	1,17	0000
	<b>Итого:</b>	<b>31,61</b>	<b>410</b>	<b>14,959</b>	<b>11,116</b>	<b>30,336</b>	<b>325,99</b>	<b>0,133</b>	<b>0,169</b>	<b>25,924</b>	<b>122,774</b>	<b>3,801</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>177,17</b>	<b>1 610,638</b>	<b>54,637</b>	<b>52,814</b>	<b>210,771</b>	<b>1 591,709</b>	<b>0,798</b>	<b>1,03</b>	<b>78,698</b>	<b>922,967</b>	<b>13,719</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 177,17 руб.  
Стоимость за 10: 154,03 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

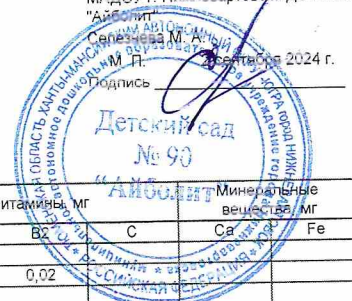
Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

- 0000 - Продукт промышленного производства
- 0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, ДеЛи принт)
- 0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)
- 0004 - Сборник №14 рецептов блюд и кулинарных изделий (утвержден Кулинарным советом управления общественного питания Тюменского обл исполкома, 1987 г.)
- 0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под ред. Ф.Л.Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 4  
Неделя: 1  
Сезон: Лето-Осень Ясли от 1 до 3 лет 2024  
Возрастная категория: Дети ясли 1-3х лет

"УТВЕРЖДАЮ":  
МАДОУ г. Нижневартовска ДС № 90



Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Сб. рец., № рец.	
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Минеральные вещества, мг		
								Ca	Fe				
<b>Завтрак</b>													
0,3	Яйцо отварное+	0,62	60	7,512	6,804	0,414	92,94	0,005	0,02			0001 (№ 213)	
18,1	Суп молочный с макаронными изделиями+	5,33	130	2,773	2,427	10,487	76,673	0,052	0,139	0,633	127,036	0,208	0002 (№ 160)
32,1	Чай+	0,35	150	0,6	0,2	0,1	4,2		0,03	0,3	14,84	2,46	0001 (№ 391)
266	Бутерброды с джемом+	4,76	21,818/3,636/7,42	1,825	2,858	21,004	117,091	0,036	0,022	0,349	7,936	0,502	0002 (№ 1)
	<b>Итого:</b>	<b>11,06</b>	<b>372,874</b>	<b>12,711</b>	<b>12,289</b>	<b>32,004</b>	<b>291,104</b>	<b>0,093</b>	<b>0,211</b>	<b>1,282</b>	<b>149,512</b>	<b>3,17</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,32	Нектарин+	25	75	0,795	0,24	6,638	33	0,025	0,02	4,05	4,5	0,21	
	<b>Итого:</b>	<b>25</b>	<b>75</b>	<b>0,795</b>	<b>0,24</b>	<b>6,638</b>	<b>33</b>	<b>0,025</b>	<b>0,02</b>	<b>4,05</b>	<b>4,5</b>	<b>0,21</b>	
<b>Обед</b>													
220,1	Мясо для супа+	9,1	10	2,6	1,7		25,7	0,005	0,015		3	0,15	0001 (№ 273)
0,01	Соль+	0,06	3								11,04	0,087	0000
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	3,47	40	0,32	0,04	1	5,64	0,01	0,02	4	9,2	0,24	0005 (№ 6/н(таб24))
67,1	Борщ с картофелем+	3,88	130	1,153	2,617	8,051	60,935	0,035	0,035	3,857	16,527	0,667	0001 (№ 58)
0,13	Сметана в суп+	1,67	8	0,24	0,8	0,24	9,04			0,053	7,2		0000
222	Зелень в суп+	0,72	3	0,075	0,015	0,12	0,9		0,015	7,5	16,725	0,12	0006
259	Птица, тушенная в соусе с овощами+	26,39	170	8,179	5,242	15,574	142,611	0,094	0,104	6,932	39,006	1,417	0001 (№ 302)
273,5	Напиток апельсиновый+	3,89	150	0,14	0,03	14,19	58,37	0,01		9	5,64	0,1	0002 (№ 699)
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>51,18</b>	<b>554</b>	<b>15,347</b>	<b>10,924</b>	<b>52,855</b>	<b>374,026</b>	<b>0,224</b>	<b>0,219</b>	<b>31,342</b>	<b>122,338</b>	<b>4,341</b>	
<b>Полдник</b>													
0,18	Вафли+	4	20	0,48	0,42	12	52,08	0,005	0,002		1,5	0,09	0000
281	Кефир+	12,96	180	5,22	4,5	7,2	90	0,072	0,312	1,26	216	0,18	
	<b>Итого:</b>	<b>16,96</b>	<b>200</b>	<b>5,7</b>	<b>4,92</b>	<b>19,2</b>	<b>142,08</b>	<b>0,077</b>	<b>0,314</b>	<b>1,26</b>	<b>217,5</b>	<b>0,27</b>	
<b>Ужин</b>													
182,1	Соус молочный (сладкий)+	3,96	50	1	2	7,5	50		0,05	0,15	30,85	0,1	0001 (№ 351)
180,1	Вареники ленивые+	27,98	140	17,267	16,637	24,453	317,45	0,07	0,28	0,233	152,693	0,91	0001 (№ 230)
0,1	Хлеб пшеничный+	2,24	40	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56	0000
132	Кисель из кураги+	6,39	160	0,853		30,938	131,989		0,021	0,32	19,723	0,48	0001 (№ 380)
	<b>Итого:</b>	<b>40,57</b>	<b>390</b>	<b>21,76</b>	<b>19,117</b>	<b>76,671</b>	<b>570,239</b>	<b>0,14</b>	<b>0,381</b>	<b>0,703</b>	<b>217,266</b>	<b>3,05</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>144,77</b>	<b>1 591,874</b>	<b>56,312</b>	<b>47,49</b>	<b>187,268</b>	<b>1 410,45</b>	<b>0,559</b>	<b>1,145</b>	<b>38,637</b>	<b>711,116</b>	<b>11,041</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 144,77 руб.  
Стоимость за 10: 154,03 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

- 0000 - Продукт промышленного производства
- 0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
- 0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)
- 0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под. ред. Ф.Л. Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)



День: 5  
 Неделя: 1  
 Сезон: Лето-Осень Ясли от 1 до 3 лет 2024  
 Возрастная категория: Дети ясли 1-3х лет

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	Ca	Fe		
<b>Завтрак</b>													
6,1	Каша манная молочная+	8,18	130	5,2	3,38	22,36	141,613	0,052	0,13	0,624	98,8	0,277	0001 (№ 185)
35,1	Кофейный напиток+	12,64	160	2,28	1,44	12,854	69,504	0,06	0,228	1,044	214,632	0,528	0001 (№ 395)
100,2	Бутерброд с сыром+	9,46	17,778/4,444/9,456	4,48	5,858	12,942	122,667	0,044	0,053	0,062	96,089	0,604	0001 (№ 3)
	<b>Итого:</b>	<b>30,28</b>	<b>341,678</b>	<b>11,96</b>	<b>10,678</b>	<b>48,167</b>	<b>333,784</b>	<b>0,156</b>	<b>0,411</b>	<b>1,73</b>	<b>439,681</b>	<b>1,41</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,29	Яблоко+	13,26	95	0,038	0,038	9,31	40,546	0,028	0,019	156,75	15,2	2,09	0000
	<b>Итого:</b>	<b>13,26</b>	<b>95</b>	<b>0,038</b>	<b>0,038</b>	<b>9,31</b>	<b>40,546</b>	<b>0,028</b>	<b>0,019</b>	<b>156,75</b>	<b>15,2</b>	<b>2,09</b>	
<b>Обед</b>													
57,1	Икра баклажанная+	6,48	40	0,9	2,9	3,8	42	0,02	0,03	2,02	10,53	0,36	
79,1	Рассольник домашний+	3,43	140	1,307	2,893	8,12	64,867	0,047	0,037	6,151	16,772	0,569	
220,1	Мясо для супа+	9,1	10	2,6	1,7		25,7	0,005	0,015		3	0,15	0001 (№ 273)
222	Зелень в суп+	0,72	3	0,075	0,015	0,12	0,9		0,015	7,5	16,725	0,12	0006
234,2	Рыба треска припущенная+	29,27	60	9,6	0,36		41,4	0,054	0,042	0,6	15	0,3	
106,1	Рис припущенный+	8,81	110	2,53	2,475	25,025	145,288	0,033	0,019		3,553	0,349	0001 (№ 316)
0,01	Соль+	0,06	3								14,72	0,116	0000
0,13	Сметана в суп+	1,26	6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4		0000
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
139,1	Напиток клюквенный+	6,47	150	0,1		15,706	59,36			2,81	2,98	0,17	0002 (№ 700)
	<b>Итого:</b>	<b>67,6</b>	<b>562</b>	<b>19,932</b>	<b>11,423</b>	<b>66,631</b>	<b>457,125</b>	<b>0,229</b>	<b>0,188</b>	<b>19,121</b>	<b>102,68</b>	<b>3,694</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	9,61	160	4,16	4,267	7,573	82,987	0,043	0,171	0,832	163,605	0,075	0001 (№ 400)
303	Шанежка с картофелем+	6,28	40	4,006	4,349	23,046	147,343	0,049	0,049	2,706	79,435	0,491	0003 (№ 303)
	<b>Итого:</b>	<b>15,89</b>	<b>200</b>	<b>8,166</b>	<b>8,615</b>	<b>30,619</b>	<b>230,33</b>	<b>0,092</b>	<b>0,22</b>	<b>3,538</b>	<b>243,041</b>	<b>0,566</b>	
<b>Ужин</b>													
310,1	ТК № 310.1 Горошек зеленый консервир. порц. (без номера) Сб. 1994 г.	5,11	40	1,24	0,08	2,6	16,08	0,04	0,02	4	8	0,28	0006 (№ 6/н(таб24))
0,04	Сок тыквенный+	5,1	170	0,85		20,559	81,521	0,034	0,034	2,04	22,089	0,34	0001 (№ 399)
15,1	Омлет натуральный+	14,09	150	15	15,5	3	210	0,075	0,425	0,225	102,5	2,4	0001 (№ 215)
0,1	Хлеб пшеничный+	2,24	40	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>26,54</b>	<b>400</b>	<b>19,73</b>	<b>16,06</b>	<b>39,839</b>	<b>378,401</b>	<b>0,219</b>	<b>0,509</b>	<b>6,265</b>	<b>146,689</b>	<b>4,58</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>153,57</b>	<b>1 598,678</b>	<b>59,825</b>	<b>46,814</b>	<b>194,555</b>	<b>1 440,185</b>	<b>0,724</b>	<b>1,347</b>	<b>187,404</b>	<b>947,191</b>	<b>12,339</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 153,57 руб.  
 Стоимость за 10: 155,04 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

- 0000 - Продукт промышленного производства
- 0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
- 0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)
- 0003 - Техничко-технологическая карта
- 0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания»(под. ред. Ф.Л.Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 1  
Неделя: 1  
Сезон: Лето-Осень Сад 2024  
Возрастная категория: Дети сад



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Применение пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	Сб. рец., № рец.	
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	С			
<b>Завтрак</b>													
0,25	Батон нарезной+	2,19	30	2,28	0,27	14,01	68,896	0,048	0,018		6,9	0,57	0000
3,1	Каша рисовая молочная+	12,83	180	6,21	4,69	31,95	196,56	0,063	0,189	0,964	175,41	0,397	
35,1	Кофейный напиток+	12,71	180	2,25	1,44	12,554	69,534	0,054	0,226	1,036	36,774	0,531	0001 (№ 395)
3 006	Масло	7,79	10	0,08	7,25	0,13	66	0,001	0,012		2,4	0,02	0001 (№ 6)
	<b>Итого:</b>	<b>35,52</b>	<b>400</b>	<b>10,82</b>	<b>13,64</b>	<b>58,974</b>	<b>400,992</b>	<b>0,166</b>	<b>0,444</b>	<b>1,899</b>	<b>221,484</b>	<b>1,508</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,04	Сок тыквенный+	3	100	0,5		12,1	47,98	0,01	0,02	1,2	13	0,2	0001 (№ 392)
	<b>Итого:</b>	<b>3</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>		<b>12,1</b>	<b>47,98</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>	<b>1,2</b>	<b>13</b>	<b>0,2</b>	
<b>Обед</b>													
0,01	Соль+	0,09	4								17,624	0,139	0000
0,13	Сметана в суп+	0,96	5	0,15	0,5	0,138	5,85		0,015	0,031	4,5	0,013	0000
275	Компот из консервированных плодов+	8,96	180	0,144		27,301	110,753	0,014	0,029	2,16	7,551	0,395	0001 (№ 377)
311,1	Томаты консервированные порционными+	10,7	50	0,55	0,05	1,75	30	0,01	0,015	11,25	7,5	0,6	0000
70,1	Борщ сибирский+	4,59	190	2,189	3,139	11,599	87,4	0,05	0,038	5,915	37,87	1,216	
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08	0006
292,1	Бефстроганов из отварной говядины+	30,52	70	17,771	1,855	0,341	88,004	0,07	0,114	0,149	8,75	1,47	
103,1	Макаронные изделия отварные+	6,84	140	11,433	4,032	69,879	214,069	0,215	0,084		26,236	1,521	0001 (№ 317)
0,09	Хлеб ржаной+	2,5	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>66,78</b>	<b>694</b>	<b>35,667</b>	<b>10,206</b>	<b>128,397</b>	<b>626,556</b>	<b>0,449</b>	<b>0,342</b>	<b>24,505</b>	<b>138,521</b>	<b>7,384</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	10,8	180	4,59	4,77	8,46	93,06	0,045	0,144	0,516	198,36	0,09	0001 (№ 400)
302,1	Сырная палочка+	14,12	70	8,536	26,534	34,874	404,88	0,045	0,096	0,154	136,108	0,324	0003
	<b>Итого:</b>	<b>24,92</b>	<b>250</b>	<b>13,186</b>	<b>30,404</b>	<b>43,334</b>	<b>497,94</b>	<b>0,141</b>	<b>0,24</b>	<b>1,09</b>	<b>334,468</b>	<b>0,914</b>	
<b>Ужин</b>													
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду)+	1,49	20	0,4	0,96	1,52	16,16	0,008	0,016	0,056	11,954	0,032	
319,2	Запеканка картофельная с овощами+	13,52	200	6,05	11,58	32,8	260	0,267	0,267	38,14	56,72	2,8	0002 (№ 254)
132	Кисель из хурги+	7,2	180	0,9		34,115	145,754		0,027	0,036	22,134	0,531	0001 (№ 390)
0,1	Хлеб пшеничный+	2,8	50	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,05		11,5	0,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>25,01</b>	<b>450</b>	<b>11,15</b>	<b>12,99</b>	<b>91,775</b>	<b>536,724</b>	<b>0,345</b>	<b>0,33</b>	<b>38,232</b>	<b>102,398</b>	<b>4,313</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>155,23</b>	<b>1894</b>	<b>71,323</b>	<b>67,24</b>	<b>334,581</b>	<b>2 110,192</b>	<b>1,111</b>	<b>1,376</b>	<b>66,926</b>	<b>809,871</b>	<b>14,319</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 155,23 руб.  
Стоимость за 10: 155,69 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под. ред. М.П. Могильнико и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)

0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебобродинформ, 2004 г.)

0003 - Технико-технологическая карта

0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под. ред. Ф.Л. Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебобродинформ)

День: 2  
Неделя: 1  
Сезон: Лето-Осень Сад 2024  
Возрастная категория: Дети сад



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины			Минеральные вещества, мг	Сб. рец. № рец		
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	Fe				
<b>Завтрак</b>														
146,1	Пудинг из творога+	35,07	150	19,6	20,639	36,55	401,813	0,063	0,333	0,25	182,075	3,263	0001 (№ 237)	
268	Бутерброды с маслом+	9,98	10/30	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62	0001 (№ 1)	
182,3	Салат сладкий+	7,65	30	2,16	2,55	16,65	96,4	0,002	0,114	0,3	92,1	0,05	0000	
32,1	Чай+	0,47	180	0,72	0,18	0,18	5,04		0,036	0,36	16,84	2,562	0001 (№ 391)	
	<b>Итого:</b>	<b>54,17</b>	<b>400</b>	<b>24,93</b>	<b>30,918</b>	<b>68</b>	<b>641,053</b>	<b>0,135</b>	<b>0,513</b>	<b>0,91</b>	<b>296,915</b>	<b>6,895</b>		
<b>Завтрак 2ой</b>														
0,31	Черешня+	61,05	100	1,1	0,4	10,5	48,28	0,01	0,01	15	33	1,8		
	<b>Итого:</b>	<b>61,05</b>	<b>100</b>	<b>1,1</b>	<b>0,4</b>	<b>10,6</b>	<b>48,28</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>15</b>	<b>33</b>	<b>1,8</b>		
<b>Обед</b>														
0,01	Соль+	0,09	4								14,72	0,116	0000	
204,1	Гречка рассыпчатая+	3,74	150	9,52	2,34	46,59	215,11	0,24	0,13		19,55	4,59	0001 (№ 313)	
58	Икра кабачковая+	10,38	60	1,4	4,6	7,4	66,9	0,04	0,04	10,7	26,49	0,73	0001 (№ 53)	
82,1	Суп крестьянский с хреном+	2,69	190	1,9	4,028	10,108	85,5	0,045	0,023	6,309	21,56	0,613	0002 (№ 134)	
0,13	Сметана в суп+	0,94	6	0,18	0,6	0,165	6,78		0,015	0,036	5,4	0,015	0000	
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,33	0,2	1,5		0,01		5	11,15	0,06	0006
236	Печень по - строгановит	25,29	80	9,49	8,42	5,76	136,8	0,19		20,37	26,42	4,28	0002 (№ 431)	
0,44	Сок фруктовый+	8,73	180	0,9	0,18	24,84	96,652	0,036	0,018	3,6	36	0,72	0000	
0,09	Хлеб ржаной+	2,5	50	3,3	0,6	17,1	69,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000	
	<b>Итого:</b>	<b>55,56</b>	<b>725</b>	<b>26,32</b>	<b>20,798</b>	<b>111,163</b>	<b>698,552</b>	<b>0,642</b>	<b>0,276</b>	<b>46,076</b>	<b>178,89</b>	<b>13,104</b>		
<b>Полдник</b>														
281,1	Ряженка+	15,71	200	5,8	5	8,4	102,222	0,044	0,025	0,6	248	0,2	0001 (№ 401)	
0,18	Вафлит	10	50	0,571	0,5	14,286	62	0,006	0,002		1,786	0,107	0000	
	<b>Итого:</b>	<b>25,71</b>	<b>250</b>	<b>6,371</b>	<b>5,5</b>	<b>22,686</b>	<b>164,222</b>	<b>0,05</b>	<b>0,028</b>	<b>0,6</b>	<b>249,786</b>	<b>0,307</b>		
<b>Ужин</b>														
114,1	Фрикадельки рыбные+	8,95	60	10,05	1,5	5,4	73,05	0,06	0,063	0,473	39,273	0,69		
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	8,71	180	2,673	7,363	16,533	142,92	0,126	0,126	34,56	42,066	1,314	0001 (№ 107)	
203,1	Напиток брусничный+	7,48	180	0,59	0,27	22,41	71,262			1,35	8,532	0,144	0003 (№ 203,1)	
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	30	2,28	0,27	14,504	65,88	0,048	0,018		6,9	0,57	0000	
	<b>Итого:</b>	<b>26,82</b>	<b>450</b>	<b>15,093</b>	<b>9,123</b>	<b>58,347</b>	<b>356,112</b>	<b>0,234</b>	<b>0,227</b>	<b>36,383</b>	<b>96,776</b>	<b>2,718</b>		
	<b>Итого за день:</b>	<b>223,31</b>	<b>1 925</b>	<b>73,814</b>	<b>66,638</b>	<b>270,796</b>	<b>1 906,219</b>	<b>1,07</b>	<b>1,053</b>	<b>98,969</b>	<b>858,366</b>	<b>24,824</b>		

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 223,31 руб.  
Стоимость за 10: 196,89 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /  
Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /  
Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под ред. М.П. Могилиного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дети принт)

0002 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)

0003 - Технико-технологическая карта

0006 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под ред. Ф.Л.Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 3  
Неделя: 1  
Сезон: Лето-Осень Сад 2024  
Возрастная категория: Дети сад



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец. № рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
5,1	Каша геркулес молочная+	10,67	100	7,29	6,12	26,26	169,54	0,144	0,198	0,924	166,936	1,062	0001 (№ 105)
36	Каша на молоке+	12,33	180	6,111	7,592	20,471	166,561	0,061	0,268	2,34	210,745	0,61	
100	Бутерброд с сыром+	8,59	26/12,766	5,344	6,76	15,512	144	0,056	0,064	0,009	113,92	0,768	0001 (№ 3)
	<b>Итого:</b>	<b>31,69</b>	<b>400,766</b>	<b>18,746</b>	<b>19,972</b>	<b>62,263</b>	<b>499,401</b>	<b>0,281</b>	<b>0,55</b>	<b>3,213</b>	<b>519,631</b>	<b>2,64</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,16	Абрикосы+	34,86	100	0,9	0,1	9	38,7	0,003	0,06	10	28	0,7	
	<b>Итого:</b>	<b>34,86</b>	<b>100</b>	<b>0,9</b>	<b>0,1</b>	<b>9</b>	<b>38,7</b>	<b>0,003</b>	<b>0,06</b>	<b>10</b>	<b>28</b>	<b>0,7</b>	
<b>Обед</b>													
0,01	Соль+	0,13	6								26,436	0,209	0000
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	10,1	60	0,66	0,12	2,28	12,64	0,04	0,02	15	8,4	0,64	0006 (№ 6/н(таб24))
87,1	Суп картофельный с макаронными изделиями+	4,77	150	2,189	1,429	15,109	85,12	0,076	0,05	5,292	15,304	0,722	0001 (№ 82)
322	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08	0006
128	Компот из смеси сухофруктов+	3,41	200	1,5		44,206	173,46	0,02	0,08	2,5	57,9	1,56	0001 (№ 075)
0,09	Хлеб ржаной+	2,5	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,05	0,04		17,5	1,95	0000
251,1	Азу с говядиной+	58,72	180	10,387	16,92	13,885	247,833	0,173		25,833	33,698	2,726	0002 (№ 438)
	<b>Итого:</b>	<b>80,83</b>	<b>701</b>	<b>18,146</b>	<b>16,098</b>	<b>92,79</b>	<b>609,058</b>	<b>0,399</b>	<b>0,2</b>	<b>53,415</b>	<b>170,498</b>	<b>7,787</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	12,03	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	200,4	0,1	0001 (№ 400)
337,1	Булочка "Тюменская"+	6,26	50	3,014	4,45	27,694	162,143	0,061		0,071	16,767	0,667	0004
	<b>Итого:</b>	<b>18,29</b>	<b>250</b>	<b>8,114</b>	<b>9,75</b>	<b>36,964</b>	<b>265,543</b>	<b>0,111</b>	<b>0,16</b>	<b>1,111</b>	<b>237,167</b>	<b>0,667</b>	
<b>Ужин</b>													
163,1	Капуста тушенная+	8,62	170	5,44	4,647	21,997	133,167	0,521	0,091	46,016	38,126	1,677	0001 (№ 316)
260,3	Шницели+	24,67	70	11,280	6,925	6,215	133	0,044	0,068	0,098	26,519	0,722	0001 (№ 261)
0,44	Сок фруктовый+	8,73	180	0,9	0,18	24,84	96,652	0,035	0,015	3,6	36	0,72	0000
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	30	2,28	0,27	14,004	66,38	0,048	0,018		6,9	0,57	0000
	<b>Итого:</b>	<b>43,7</b>	<b>450</b>	<b>19,907</b>	<b>11,922</b>	<b>67,656</b>	<b>431,599</b>	<b>0,649</b>	<b>0,214</b>	<b>48,714</b>	<b>107,844</b>	<b>3,689</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>209,37</b>	<b>1 901,766</b>	<b>65,813</b>	<b>57,842</b>	<b>268,673</b>	<b>1 844,3</b>	<b>1,443</b>	<b>1,184</b>	<b>116,464</b>	<b>1 063,13</b>	<b>15,473</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 209,37 руб.  
Стоимость за 10: 195,69 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /  
Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /  
Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под. ред. М.П. Могилыной и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)

0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)

0004 - «Сборник №14 рецептов блюд и кулинарных изделий» (утвержден Кулинарным советом управления общественного питания Тюменского обл. исполкома, 1987 г.)

0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под. ред. Ф.Л. Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)



День: 4  
Неделя: 1  
Сезон: Лето-Осень Сад 2024  
Возрастная категория: Дети сад



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				Белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
18,1	Суп молочный с макаронными изделиями+	7,95	190	4,055	3,61	15,295	112,395	0,076	0,2	0,931	185,763	0,304	0002 (№ 160)
266	Бутерброды с сыром+	6,54	30/5/10,202	2,51	3,93	26,88	161	0,05	0,03	0,48	10,5	0,59	0002 (№ 1)
32,1	Чай+	0,35	200	0,8	0,2	0,2	5,6		0,04	0,4	17,6	3,28	0001 (№ 391)
	<b>Итого:</b>	<b>14,84</b>	<b>435,202</b>	<b>7,395</b>	<b>7,74</b>	<b>44,375</b>	<b>278,985</b>	<b>0,126</b>	<b>0,27</b>	<b>1,811</b>	<b>213,863</b>	<b>4,274</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,32	Няктарин+	33,33	100	1,06	0,32	8,85	44	0,034	0,027	5,4	6	0,28	
	<b>Итого:</b>	<b>33,33</b>	<b>100</b>	<b>1,06</b>	<b>0,32</b>	<b>8,85</b>	<b>44</b>	<b>0,034</b>	<b>0,027</b>	<b>5,4</b>	<b>6</b>	<b>0,28</b>	
<b>Обед</b>													
0,13	Сметана в суп+	1,57	8	0,24	0,8	0,22	9,54		0,02	0,05	7,2	0,02	0000
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	4,32	50	0,4	0,05	1,25	7,05	0,017	0,017	5	11,5	0,3	0006 (№ 6/н(та024))
0,01	Соль+	0,11	5								22,08	0,174	0000
259	Птица, тушенная в соусе с овощами+	30,4	190	9,393	6,088	17,249	161,087	0,107	0,116	7,503	43,287	1,594	0001 (№ 392)
87,1	Ворщ с картошкой+	3,83	190	1,687	3,823	11,785	89,057	0,046	0,046	5,019	24,153	0,873	0001 (№ 58)
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,53	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,58	0006
273,1	Компот из яблок/слив+	10,51	180	0,405		25,262	103,249	0,014	0,013	11,61	21,168	0,216	
0,09	Хлеб ржаной+	2,5	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>54,54</b>	<b>678</b>	<b>15,555</b>	<b>11,391</b>	<b>72,985</b>	<b>459,492</b>	<b>0,274</b>	<b>0,281</b>	<b>34,932</b>	<b>158,038</b>	<b>5,307</b>	
<b>Полдник</b>													
261	Кефир+	14,4	200	5,8	5	8	100	0,078	0,344	1,4	240	0,2	
0,18	Вафли+	10	50	0,571	0,5	14,285	62	0,005	0,002		1,786	0,107	0000
	<b>Итого:</b>	<b>24,4</b>	<b>250</b>	<b>6,371</b>	<b>5,5</b>	<b>22,286</b>	<b>162</b>	<b>0,084</b>	<b>0,347</b>	<b>1,4</b>	<b>241,786</b>	<b>0,307</b>	
<b>Ужин</b>													
230	Масло сливочное для подачи к блюдам+	7,79	10	0,1	7,3	0,1	66,06		0,01		2,4	0,32	0000
182,3	Соус сладкий+	5,1	20	1,44	1,7	11,1	95,6	0,001	0,076	0,2	61,4	0,34	0000
180,1	Вареники ленивые+	37,32	170	20,967	20,207	29,603	385,476	0,085	0,34	0,163	185,413	1,105	0001 (№ 200)
132	Кисель из кураги+	8	200	1		37,906	161,96		0,03	0,04	24,66	0,59	0001 (№ 390)
0,1	Хлеб пшеничный+	2,8	50	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,03		11,5	0,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>61,01</b>	<b>450</b>	<b>27,307</b>	<b>29,657</b>	<b>102,139</b>	<b>793,895</b>	<b>0,166</b>	<b>0,486</b>	<b>0,523</b>	<b>285,373</b>	<b>2,705</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>188,12</b>	<b>1913,202</b>	<b>57,688</b>	<b>54,608</b>	<b>250,635</b>	<b>1738,372</b>	<b>0,684</b>	<b>1,39</b>	<b>44,067</b>	<b>905,06</b>	<b>12,873</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 188,12 руб.  
Стоимость за 10: 195,69 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под. ред. М.П. Могилиного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)

0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебродинформ, 2004 г.)

0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под. ред. Ф.Л.Марчука, изд. 1995 г., Москва, Хлебродинформ)

" УТВЕРЖДАЮ":  
 МАДОУ г. Нижний Новгород № 90  
 "Айболит"  
 Селезнева М. А.  
 М. П. 2 сентября 2024 г.  
 Подпись \_\_\_\_\_

День: 5  
 Неделя: 1  
 Сезон: Лето-Осень Сад 2024  
 Возрастная категория: Дети сад

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Рв	
<b>Завтрак</b>													
6,1	Каша манная молочная+	11,34	180	7,11	4,88	30,96	195,02	0,072	0,139	0,854	178,56	0,391	0001 (№ 185)
35,1	Кофейный напиток+	13,41	190	2,375	1,52	13,6	73,397	0,057	0,139	1,093	38,817	0,391	0001 (№ 195)
100	Бутерброд с сыром+	11,24	36/15,957	6,65	8,45	19,39	180	0,07	0,06	0,011	142,4	0,46	0001 (№ 3)
	<b>Итого:</b>	<b>35,99</b>	<b>420,957</b>	<b>16,165</b>	<b>14,85</b>	<b>63,95</b>	<b>449,417</b>	<b>0,199</b>	<b>0,50%</b>	<b>1,968</b>	<b>359,777</b>	<b>1,908</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,29	Яблоко+	12,5	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2	0000
	<b>Итого:</b>	<b>12,5</b>	<b>100</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>9,8</b>	<b>42,68</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>165</b>	<b>16</b>	<b>2,2</b>	
<b>Обед</b>													
0,13	Сметана в суп+	1,18	6	0,18	0,6	0,165	6,78		0,015	0,036	5,4	0,015	0000
57,1	Икра баклажанная+	9,72	60	1,4	4,4	5,7	62,9	0,03	0,04	3,03	15,8	0,54	
79,1	Расолышник домашний+	3,53	180	1,62	3,634	10,534	87,48	0,06	0,048	7,908	21,564	0,732	
220,1	Мясо для супа+	13,02	15	3,9	2,52		38,1	0,008	0,024		4,5	0,24	0001 (№ 273)
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,58	0005
254,2	Рыба треска припущенная+	37,9	80	12,8	0,48		55,2	0,072	0,056	0,8	20	0,4	
106,1	Рис припущенный+	8,52	130	3,033	2,947	29,64	171,627	0,025	0,017		4,203	0,416	0001 (№ 316)
0,01	Соль+	0,13	6								26,495	0,209	0000
273	Напиток витаминный "Витошка"	10,13	180	0,305	0,162	28,161	119,808			1,152	7,776	1,872	0000
0,09	Хлеб ржаной+	2,5	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>87,83</b>	<b>712</b>	<b>26,669</b>	<b>15,432</b>	<b>91,5</b>	<b>631,965</b>	<b>0,286</b>	<b>0,25</b>	<b>17,927</b>	<b>134,389</b>	<b>6,453</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	11,43	190	4,845	5,035	8,93	98,23	0,048	0,152	0,988	209,38	0,595	0001 (№ 400)
303	Шанежа с картофелем+	9,4	60	6,009	6,523	34,569	221,014	0,074	0,074	4,059	119,154	0,736	0003 (№ 303)
	<b>Итого:</b>	<b>20,83</b>	<b>250</b>	<b>10,854</b>	<b>11,558</b>	<b>43,499</b>	<b>319,244</b>	<b>0,121</b>	<b>0,226</b>	<b>5,047</b>	<b>328,534</b>	<b>0,831</b>	
<b>Ужин</b>													
310,1	ТК № 310.1 Горошек зеленый консервир. порц. (без номера) Сб. 1934 г.	7,67	60	1,86	0,12	3,9	24,12	0,07	0,03	6	12	0,42	0006 (№ 0/н(табл.24))
15,1	Омлет натуральный+	15,52	160	16	16,4	3,2	223,6	0,06	0,44	0,24	109,12	2,56	0001 (№ 215)
0,44	Сок фруктовый+	8,73	160	0,9	0,18	24,84	96,552	0,035	0,018	3,6	36	0,72	0000
0,1	Хлеб пшеничный+	2,8	50	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,03		11,5	0,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>34,82</b>	<b>460</b>	<b>22,56</b>	<b>17,15</b>	<b>55,28</b>	<b>459,072</b>	<b>0,266</b>	<b>0,518</b>	<b>9,84</b>	<b>168,62</b>	<b>4,65</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>191,97</b>	<b>1 932,957</b>	<b>76,288</b>	<b>58,83</b>	<b>264,028</b>	<b>1 902,378</b>	<b>0,902</b>	<b>1,52</b>	<b>199,781</b>	<b>1 007,32</b>	<b>16,042</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 191,97 руб.  
 Стоимость за 10: 199,08 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильнико и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)

0003 - Технико-технологическая карта

0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания»(под. ред. Ф.Л. Марчука, изд. 1995 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 1  
 Неделя: 2  
 Сезон: Лето-Осень Ясли от 1 до 3 лет 2024  
 Возрастная категория: Дети ясли 1-3х лет



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Приним. наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг					Об. рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
17,4	Суп молочный с крутой (ячневая)++	6,07	150	2,6	2,8	11	80,6	0,05	0,17	0,34	164,78	0,17	0002 (N)
34	Чай с молоком+	4,52	170	1,813	1,813	14,053	79,787	0,011	0,036	0,408	53,75	1,019	0001 (N)
268	Бутерброды с маслом+	9,93	10/30	2,45	7,55	14,82	136	0,05	0,03		9,3	0,62	0001 (N)
	<b>Итого:</b>	<b>20,57</b>	<b>360</b>	<b>6,863</b>	<b>12,163</b>	<b>39,673</b>	<b>296,387</b>	<b>0,111</b>	<b>0,268</b>	<b>1,248</b>	<b>237,83</b>	<b>1,799</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,44	Сок фруктовый+	4,85	100	0,3		13,793	53,613	0,02	0,007	2	17,993	0,4	0001 (N)
	<b>Итого:</b>	<b>4,85</b>	<b>100</b>	<b>0,3</b>		<b>13,793</b>	<b>53,613</b>	<b>0,02</b>	<b>0,007</b>	<b>2</b>	<b>17,993</b>	<b>0,4</b>	
<b>Обед</b>													
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,126	0,025	0,2	1,5		0,025	12,5	27,875	0,2	0001 (N)
228,1	Мясо для супа+	18,21	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	0001 (N)
0,13	Сметана в суп+	1,67	8	0,24	0,8	0,24	9,94			0,053	7,2	0,05	0001 (N)
0,01	Соль+	0,06	3								11,04	0,067	0001 (N)
275	Салат из консервированных овощей+	5,82	40	0,8	2,06	2	30,05	0,03	0,01	3,22	8,71	0,26	0001 (N)
74,1	Щи из свежей капусты с картофелем+	5,3	140	1,027	2,8	5,04		0,028	0,028	7,019	20,711	0,411	0001 (N)
227,1	Плов из отварной говядины+	36,4	180	11,7	12,96	34,5	301,6	0,1		6,12	26,9	2,48	0002 (N)
128	Компот из смеси сухофруктов+	2,56	150	1,1		33,4	131,04	0,01	0,06	1,87	43,42	1,17	0001 (N)
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,33	0,07	0,03		14	1,56	0001 (N)
	<b>Итого:</b>	<b>73,22</b>	<b>586</b>	<b>22,832</b>	<b>22,525</b>	<b>89,06</b>	<b>595,46</b>	<b>0,248</b>	<b>0,183</b>	<b>30,782</b>	<b>165,856</b>	<b>6,468</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	10,8	180	4,68	4,8	8,52	93,36	0,048	0,192	0,336	184,056	0,284	0001 (N)
351	Пирожки сдобные печеные с сердцем	12,28	40	5,703	3,543	12,153	105,363	0,038	0,057	1,44	7,669	1,805	0001 (N) 450,43
	<b>Итого:</b>	<b>23,08</b>	<b>220</b>	<b>10,383</b>	<b>8,343</b>	<b>20,703</b>	<b>198,743</b>	<b>0,086</b>	<b>0,249</b>	<b>2,376</b>	<b>191,725</b>	<b>1,89</b>	
<b>Ужин</b>													
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду)+	2,29	30	0,6	1,44	2,28	24,24	0,012	0,024	0,064	17,976	0,048	0001 (N)
164,1	Картофель отварной+	5,58	130	2,587	3,555	18,942	124,347	0,121	0,086	10,72	13,017	1,092	0001 (N)
114,1	Фрикадельки рыбные+	8,98	80	10,1	1,5	5,4	73	0,05	0,08	0,47	39,27	0,69	0001 (N)
140,1	Напиток яблочный+	3,3	150	0,1	0,1	17,804	68,24	0,01		30,32	3,36	0,47	0002 (N)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,063	0,023		10,5	1,17	0001 (N)
	<b>Итого:</b>	<b>21,83</b>	<b>400</b>	<b>15,367</b>	<b>6,455</b>	<b>55,686</b>	<b>342,977</b>	<b>0,255</b>	<b>0,212</b>	<b>42,194</b>	<b>84,123</b>	<b>3,47</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>143,55</b>	<b>1 666</b>	<b>55,745</b>	<b>49,486</b>	<b>218,916</b>	<b>1 485,18</b>	<b>0,72</b>	<b>0,919</b>	<b>78,6</b>	<b>697,526</b>	<b>14,026</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 143,55 руб.  
 Стоимость за 10: 155,04 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /  
 Врач(диететра): \_\_\_\_\_ /  
 Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства  
 0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дени принт)  
 0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под ред. В.Т. Лапиной, изд. Хлебпрединформ, 2004 г.)  
 0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под ред. Ф.Л. Марука, изд. 1995 г., Москва, Хлебпрединформ)

День: 2  
 Неделя: 2  
 Сезон: Лето-Осень Яюи от 1 до 3 лет 2024  
 Возрастная категория: Дети яюи 1-3х лет



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг					Сб. рец., №
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
2,1	Каша пшеничная молочная+	9,15	150	8,6	5	39,2	249,9	0,18	0,16	0,69	149,49	1,25	
36	Каша на молоке+	12,53	150	5,09	5,91	17,314	139,25	0,05	0,24	1,95	182,33	0,68	
0,25	Батон нарезной+	2,4	30	2,28	0,27	14,01	65,99	0,048	0,015		6,9	0,57	0000
	<b>Итого:</b>	<b>24,08</b>	<b>330</b>	<b>15,97</b>	<b>11,18</b>	<b>70,524</b>	<b>449,04</b>	<b>0,286</b>	<b>0,418</b>	<b>2,64</b>	<b>338,72</b>	<b>2,5</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,31	Черешня+	29,08	95	1,045	0,38	10,07	45,893	0,009	0,009	14,25	31,35	1,71	
	<b>Итого:</b>	<b>29,08</b>	<b>95</b>	<b>1,045</b>	<b>0,38</b>	<b>10,07</b>	<b>45,893</b>	<b>0,009</b>	<b>0,009</b>	<b>14,25</b>	<b>31,35</b>	<b>1,71</b>	
<b>Обед</b>													
103,1	Макаронные изделия отварные+	4,72	100	8,16	2,88	49,91	152,9	0,153	0,05		19,74	1,095	0001 (№ 31)
254,1	Пельмени подливочные+	18,31	60	9,52	6,48	4,73	115,32	0,11	0,22	6,15	28,32	2,98	
231	Суп с рыбными консервами+	25,99	140	4,816	4,734	8,227	93,66	0,058	0,081	5,105	25,398	0,799	0001 (№ 8)
58	Икра кабачковая+	5,98	40	0,9	3,1	4,9	44,6	0,02	0,22	7,13	17,65	0,48	0001 (№ 5)
222	Зелень в суп+	1,93	8	0,2	0,04	0,32	2,4		0,04	20	44,6	0,32	0005
0,01	Соль+	0,04	2								9,813	0,577	0000
0,04	Сок томатный+	4,5	150	0,75		18,14	71,95	0,03	0,03	1,8	19,49	0,3	0001 (№ 3)
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,84	0,48	13,38	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>58,47</b>	<b>540</b>	<b>26,986</b>	<b>17,684</b>	<b>99,707</b>	<b>551,64</b>	<b>0,439</b>	<b>1,081</b>	<b>40,185</b>	<b>178,591</b>	<b>7,523</b>	
<b>Полдник</b>													
0,24	Йогурт+	13,6	160	10,526	3,168	7,398	96,526		0,062	1,263	281,053	0,211	0001 (№ 40)
334	Плюшка новомосковская+	5,02	60	4,1	3,6	32,65	180	0,086		0,031	18,1	0,55	0002 (№ 33)
	<b>Итого:</b>	<b>18,62</b>	<b>220</b>	<b>14,626</b>	<b>6,766</b>	<b>40,018</b>	<b>278,526</b>	<b>0,086</b>	<b>0,062</b>	<b>1,294</b>	<b>279,153</b>	<b>0,771</b>	
<b>Ужин</b>													
152,1	Суп мясной (сладкий)+	3,96	50	1	2	7,5	50		0,05	0,15	30,85	0,1	0001 (№ 35)
25,1	Запеканка из творога с морковью+	28,55	150	17,95	20,13	25,42	340,65	0,08	0,33	1,19	204,65	1	0001 (№ 23)
32,1	Чай+	0,42	180	0,72	0,24	0,12	5,04		0,005	0,06	17,898	2,952	0001 (№ 38)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,88	30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,063	0,023		10,5	1,17	0000
	<b>Итого:</b>	<b>34,61</b>	<b>410</b>	<b>21,65</b>	<b>22,73</b>	<b>43,3</b>	<b>451,79</b>	<b>0,133</b>	<b>0,439</b>	<b>1,7</b>	<b>263,808</b>	<b>5,222</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>164,86</b>	<b>1 595</b>	<b>80,277</b>	<b>58,732</b>	<b>263,619</b>	<b>1 776,862</b>	<b>0,954</b>	<b>2,009</b>	<b>60,069</b>	<b>1 091,622</b>	<b>17,825</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 164,86 руб.  
 Стоимость за 10: 155,04 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под. ред. М.П. Мокильной и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, ДеЛи принт)

0003 - Техничко-технологическая карта

0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под. ред. Ф.Л. Марчука, изд. 1995 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 3  
 Неделя: 2  
 Сезон: Лето-Осень Ясли от 1 до 3 лет 2024  
 Возрастная категория: Дети ясли 1-3х лет



**Примерное двухнедельное циклическое меню**

№ рецептуры	Применение пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец. №
				Белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
17,3	Суп молочный с крупой (геркулес)++	7,31	160	2,773	2,987	11,733	85,973	0,053	0,181	0,895	175,755	0,181	
35,1	Капучино напиток+	10,53	150	1,9	1,2	10,712	57,32	0,05	0,19	0,87	178,86	0,44	0001 (№ 1)
100	Бутерброд с сыром+	6,55	31,111/7,573	4,294	6,116	12,942	123,555	0,044	0,044	0,062	85,432	0,531	0001 (№ 1)
	<b>Итого:</b>	<b>24,39</b>	<b>348,789</b>	<b>8,878</b>	<b>10,302</b>	<b>35,388</b>	<b>267,449</b>	<b>0,148</b>	<b>0,416</b>	<b>1,828</b>	<b>440,048</b>	<b>1,252</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,02	Беляны+	17,42	95	1,425	0,095	18,95	82,305	0,038	0,095	9,5	7,6	1,14	0000
	<b>Итого:</b>	<b>17,42</b>	<b>95</b>	<b>1,425</b>	<b>0,095</b>	<b>18,95</b>	<b>82,305</b>	<b>0,038</b>	<b>0,095</b>	<b>9,5</b>	<b>7,6</b>	<b>1,14</b>	
<b>Обед</b>													
300,2	Клецки+	1,19	15	0,874	0,83	3,612	25,434	0,012	0,021		16,329	0,095	0001 (№ 1)
239,1	Мясо для супа (куры)+	6,47	10	7,98	7,63	0,095	100,8	0,045		1,18	11,245	0,7	0001 (№ 3)
314,1	Соус томатный+	0,85	20	0,34	0,9	1,56	16	0,004	0,004	0,56	4	0,14	0001 (№ 3)
0,01	Соль+	0,04	2								9,813	0,077	0000
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1934 г.	3,47	40	0,32	0,04	1	5,64	0,01	0,02	4	9,2	0,24	0005 (№ 6/н(табл.14)
253,2	Суп картофельный с клецками+	3,13	120	1,648	2,298	10,952	71,04	0,053		5,834	12,256	0,499	0001 (№ 3)
222	Зелень в суп+	0,72	3	0,075	0,015	0,12	0,9		0,015	7,5	16,725	0,12	0005
229,1	Перец фаршированный мясом и рисом+	44,63	180	11,47	6,952	11,52	153,931	0,074	0,633	88,883	18,993	1,241	
143,1	Напиток из плодов шиповника+	4,99	150	0,5		13,21	51,3	0,01	0,1	164,92	9,3	3,78	0001 (№ 3)
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,89	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>67,3</b>	<b>580</b>	<b>25,847</b>	<b>19,135</b>	<b>55,749</b>	<b>495,875</b>	<b>0,278</b>	<b>0,823</b>	<b>272,527</b>	<b>116,461</b>	<b>8,463</b>	
<b>Полдник</b>													
342,1	Пирог открытый с повидлом (джемом)++	3,63	50	3,09	1,61	27,65	137,5	0,055	0,035	0,04	9,75	0,595	0001 (№ 45)
37,1	Молоко кипяченое+	10,21	170	4,42	4,53	8,047	88,173	0,045	0,181	0,864	173,831	0,079	0001 (№ 46)
	<b>Итого:</b>	<b>13,84</b>	<b>220</b>	<b>7,51</b>	<b>6,143</b>	<b>35,707</b>	<b>225,673</b>	<b>0,1</b>	<b>0,216</b>	<b>0,924</b>	<b>183,581</b>	<b>0,774</b>	
<b>Ужин</b>													
255,1	Рыба треска, тушеная с овощами+	14,19	60	5,74	2,89	1,54	55	0,04	0,03	1,25	16,9	0,34	
104,1	Картофельное пюре+	5,55	120	2,544	3,284	16,788	111,204	0,103	0,088	8,647	25,035	0,875	0001 (№ 32)
139,1	Напиток клюквенный+	7,77	180	0,12		18,847	71,322			3,572	3,576	0,294	0002 (№ 7)
0,1	Хлеб пшеничный+	2,24	40	2,64	0,48	13,58	70,8	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>29,85</b>	<b>400</b>	<b>11,044</b>	<b>6,834</b>	<b>50,855</b>	<b>308,236</b>	<b>0,213</b>	<b>0,148</b>	<b>13,269</b>	<b>64,004</b>	<b>2,98</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>152,8</b>	<b>1 643,789</b>	<b>54,704</b>	<b>42,309</b>	<b>197,648</b>	<b>1 380,168</b>	<b>0,778</b>	<b>1,698</b>	<b>298,049</b>	<b>811,694</b>	<b>14,61</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 152,8 руб.  
 Стоимость за 10: 155,94 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, ДеЛи принт)

0002 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)

0005 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под. ред. Ф.Л.Марчука, изд. 1995 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 4  
Неделя: 2  
Сезон: Лето-Осень Ясли от 1 до 3 лет 2024  
Возрастная категория: Дети ясли 1-3х лет



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прим. пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (**ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
8,1	Каша кукурузная молочная+	7,39	150	8,7	4,1	39,1	227,4	0,08	0,17	0,7	148,06	1,26	0001 (№ 1)
32,1	Чай+	0,4	170	0,58	0,227	0,113	4,76		0,034	0,34	16,819	2,788	0001 (№ 1)
288	Бутерброды с маслом+	9,39	10х20	2,45	7,55	14,52	136	0,05	0,03		9,3	0,52	0001 (№ 1)
	<b>Итого:</b>	<b>17,18</b>	<b>350</b>	<b>11,83</b>	<b>11,877</b>	<b>52,833</b>	<b>368,16</b>	<b>0,13</b>	<b>0,234</b>	<b>1,04</b>	<b>174,179</b>	<b>4,568</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,27	Персики+	36,65	100	0,9	0,1	9,5	40,6	0,04	0,08	10	20	0,6	
	<b>Итого:</b>	<b>36,65</b>	<b>100</b>	<b>0,9</b>	<b>0,1</b>	<b>9,5</b>	<b>40,6</b>	<b>0,04</b>	<b>0,08</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>0,6</b>	
<b>Обед</b>													
57,1	Икра баклажанная+	6,48	40	0,9	2,9	3,8	42	0,02	0,03	2,02	10,53	0,36	
85,1	Суп картофельный с крупой+	2,18	130	1,387	1,473	10,14	61,793	0,079	0,052	6,032	18,113	0,849	
267,1	Жаркое по-домашнему из говядины+	34,14	140	13,144	14,654	13,207	239,659	0,148		17,967	24,796	2,901	
222	Зелень в суп+	1,93	8	0,2	0,04	0,32	2,4		0,04	20	44,6	0,32	0005
6,01	Соль+	0,05	3								14,72	0,116	0000
126,1	Компот из смородины черной+	22,38	150	0,5	0,1	18,306	71,46	0,01	0,02	90	16,54	0,64	0001 (№ 3)
0,99	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,88	70,83	0,07	0,03		14	1,66	0000
	<b>Итого:</b>	<b>69,17</b>	<b>511</b>	<b>18,771</b>	<b>19,888</b>	<b>59,453</b>	<b>488,342</b>	<b>0,326</b>	<b>0,172</b>	<b>136,019</b>	<b>143,299</b>	<b>6,746</b>	
<b>Полдник</b>													
281	Жефир*+	12,24	170	4,83	4,25	6,8	85	0,008	0,005	1,18	204	0,17	
0,4	Пряники+		30	2,52	3,943	25,11	146,576	0,026	0,018		9,78	0,706	0000
	<b>Итого:</b>	<b>12,24</b>	<b>200</b>	<b>7,45</b>	<b>8,232</b>	<b>31,91</b>	<b>231,536</b>	<b>0,093</b>	<b>0,313</b>	<b>1,19</b>	<b>213,78</b>	<b>0,878</b>	
<b>Ужин</b>													
0,3	Яйцо отварное+	0,52	60	7,512	6,804	0,414	92,94	0,005	0,02				0001 (№ 2)
171,1	Залезанка овощная+	13,77	150	5,14	5,76	30,04	195,3	0,14	0,12	16,35	61,03	1,38	
0,03	Сок томатный+		170	1,36		5,1	24,809	0,011	0,045	13,419	23,789	1,53	0000
0,1	Хлеб пшеничный+	1,12	20	1,32	0,24	6,94	35,4	0,036	0,015		7	0,78	0000
	<b>Итого:</b>	<b>15,51</b>	<b>400</b>	<b>15,332</b>	<b>12,794</b>	<b>42,394</b>	<b>338,449</b>	<b>0,191</b>	<b>0,201</b>	<b>29,769</b>	<b>91,819</b>	<b>3,99</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>150,75</b>	<b>1 561</b>	<b>54,283</b>	<b>52,891</b>	<b>196,09</b>	<b>1 467,086</b>	<b>0,78</b>	<b>0,999</b>	<b>178,017</b>	<b>643,076</b>	<b>16,882</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 150,75 руб.  
Стоимость за 10: 150,75 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (ред. ред. М.П. Моисилова и В.А. Тудельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)

0005 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (ред. Ф.Л. Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 5  
 Неделя: 2  
 Сезон: Лето-Осень Ясли от 1 до 3 лет 2024  
 Возрастная категория: Дети Ясли 1-3х лет



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины:		Минеральные вещества, мг		Сб. рац., №	
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	Fe			
<b>Завтрак</b>													
15,1	Омлет натуральный+	13,15	140	14	14,467	2,8	196	0,07	0,347	0,21	96,667	2,24	0001 (№ 2)
312,2	Икра кабачковая порционная+	4,09	30	0,51	3,99	1,53	44,4	0,009	0,018	2,1	12,9	0,21	0000
0,25	Батон нарезной+	2,4	30	2,28	0,27	14,01	68,99	0,048	0,018		6,9	0,57	0000
36	Какао на молоке+	8,79	150	5,09	5,91	17,314	135,25	0,06	0,24	1,95	182,33	0,58	
	<b>Итого:</b>	<b>28,43</b>	<b>350</b>	<b>21,88</b>	<b>24,637</b>	<b>35,654</b>	<b>448,54</b>	<b>0,187</b>	<b>0,673</b>	<b>4,26</b>	<b>297,797</b>	<b>3,7</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,29	Яблоко+	13,26	95	0,038	0,038	9,31	40,546	0,028	0,019	156,75	15,2	2,09	0000
	<b>Итого:</b>	<b>13,26</b>	<b>95</b>	<b>0,038</b>	<b>0,038</b>	<b>9,31</b>	<b>40,546</b>	<b>0,028</b>	<b>0,019</b>	<b>156,75</b>	<b>15,2</b>	<b>2,09</b>	
<b>Обед</b>													
163,1	Капуста тушеная+	5,63	110	3,453	3,025	14,208	88,167	0,046	0,055	29,132	71,805	1,092	0001 (№ 3)
225,1	Мясо для супа+	18,21	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	0001 (№ 27)
0,01	Соль+	0,06	3								14,72	0,116	0000
80,1	Суп картофельный с бобовыми+	2,36	140	3,08	2,967	10,36	80,067	0,075	0,037	2,791	24,927	0,961	0001 (№ 8)
222	Зелень в суп+	0,48	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	0006
118,1	Суфле из кур с рисом+	27,25	60	9,9	8,9	12	169	0,03	0,06	0,01	26,38	0,89	
0,13	Сметана в суп+	1,26	6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4		0000
128	Компот из смеси сухофруктов+	2,9	170	1,247		37,863	148,512	0,011	0,068	2,119	49,209	1,306	0001 (№ 37)
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,66	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>60,15</b>	<b>551</b>	<b>25,78</b>	<b>19,402</b>	<b>88,362</b>	<b>616,355</b>	<b>0,242</b>	<b>0,31</b>	<b>39,092</b>	<b>223,671</b>	<b>6,315</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	9,61	160	4,16	4,287	7,573	82,547	0,043	0,171	0,812	163,605	0,076	0001 (№ 40)
148,1	Ватрушка с творогом+	12,55	50	7,083	1,75	22,75	128,063	0,075	0,063	0,092	32,507	0,732	0001 (№ 45)
	<b>Итого:</b>	<b>22,16</b>	<b>210</b>	<b>11,243</b>	<b>6,017</b>	<b>30,323</b>	<b>211,07</b>	<b>0,118</b>	<b>0,234</b>	<b>0,924</b>	<b>196,172</b>	<b>0,866</b>	
<b>Ужин</b>													
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду)+	3,74	50	1	2,4	3,8	40,4	0,02	0,04	0,14	29,96	0,08	
104,2	Картофельное пюре+	8,18	110	2,332	2,992	15,389	101,547	0,095	0,08	7,927	27,159	0,803	0001 (№ 30)
115,1	Пудинг рыбный+	11,77	60	9,5	2,7	4,2	79,3	0,05	0,08	0,46	36,93	0,6	0001 (№ 29)
140,2	Нашиток из груш++	3,65	150	0,1	0,1	10,818	40,36	0,01		30,92	3,36	0,47	0003 (№ 70)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	30	1,99	0,35	10,26	53,1	0,063	0,023		10,5	1,17	0000
	<b>Итого:</b>	<b>29,02</b>	<b>400</b>	<b>14,912</b>	<b>8,552</b>	<b>44,467</b>	<b>315,117</b>	<b>0,227</b>	<b>0,223</b>	<b>39,447</b>	<b>107,909</b>	<b>3,123</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>153,02</b>	<b>1 606</b>	<b>73,853</b>	<b>58,645</b>	<b>208,116</b>	<b>1 631,628</b>	<b>0,801</b>	<b>1,479</b>	<b>240,472</b>	<b>840,649</b>	<b>16,094</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 153,02 руб.  
 Стоимость за 10: 153,02 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /  
 Врач(диететра): \_\_\_\_\_ /  
 Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под ред. М.П. Моисилова и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)

0003 - «Технико-технологическая карта»

0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под ред. Ф.Л. Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 1  
 Неделя: 2  
 Сезон: Лето-Осень Сад 2024  
 Возрастная категория: Дети сад



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прим. пицц, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Об. рец. № рец
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
17,4	Суп молочный с крупой (ячневая)++	7,2	180	3,15	3,33	13,14	96,75	0,054	0,207	0,72	197,808	0,198	0000 (№ 161)
36	Какао на молоке+	10,54	180	6,108	7,092	20,777	167,1	0,072	0,253	2,34	213,795	0,816	
258	Бутерброды с мясом+	9,98	10/30	2,45	7,55	14,52	136	0,05	0,03		9,3	0,52	0001 (№ 1)
	<b>Итого:</b>	<b>27,72</b>	<b>400</b>	<b>11,708</b>	<b>17,972</b>	<b>48,537</b>	<b>399,85</b>	<b>0,176</b>	<b>0,525</b>	<b>3,339</b>	<b>425,934</b>	<b>1,634</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,44	Сок фруктовый+	4,85	100	0,5	0,1	13,8	53,54	0,02	0,01	2	20	0,4	0000
	<b>Итого:</b>	<b>4,85</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>13,8</b>	<b>53,54</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	<b>0,4</b>	
<b>Обед</b>													
220	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08	0005
0,13	Сметана в суп+	1,41	9	0,27	0,9	0,248	10,17		0,023	0,055	8,1	0,023	0000
223,1	Мисо для супа+	17,49	25	6,5	4,2		69,5	0,013	0,04		7,5	0,4	0001 (№ 273)
276	Салат из консервированных овощей+	7,27	50	0,992	2,575	2,475	37,367	0,033	0,017	3,95	10,542	0,317	
74,1	Щи из свежей капусты с картофелем+	2,95	170	1,36	3,318	4,949	53,339	0,034	0,034	8,52	25,146	0,495	0001 (№ 57)
227,1	Плов из отварной говядины+	37,79	180	11,731	12,95	34,49	301,68	0,102		6,12	28,945	2,401	0002 (№ 443)
0,01	Соль+	0,09	4								17,554	0,139	0000
128	Компот из смеси сухофруктов+	3,24	190	1,425		41,995	164,787	0,019	0,075	2,375	55,005	1,492	0001 (№ 375)
0,59	Хлеб ржаной+	2,5	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>73,94</b>	<b>683</b>	<b>25,708</b>	<b>24,583</b>	<b>101,356</b>	<b>721,152</b>	<b>0,291</b>	<b>0,239</b>	<b>26,022</b>	<b>179,552</b>	<b>7,358</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	10,82	180	4,59	4,77	8,46	93,06	0,045	0,144	0,935	198,36	0,09	0001 (№ 400)
351	Пирожки сдобные печеные с сердцем	18,59	70	9,007	5,797	23,9	183,313	0,071	0,093	2,042	13,568	2,718	0001 (№ 450,454)
	<b>Итого:</b>	<b>29,41</b>	<b>250</b>	<b>13,597</b>	<b>10,567</b>	<b>32,26</b>	<b>276,378</b>	<b>0,116</b>	<b>0,237</b>	<b>2,978</b>	<b>211,928</b>	<b>2,808</b>	
<b>Ужин</b>													
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду)+	1,52	20	0,4	0,95	1,52	16,16	0,008	0,016	0,055	11,924	0,032	
164,1	Картофель отварной+	5,42	180	2,583	3,051	18,942	124,401	0,121	0,087	10,721	18,017	1,092	0001 (№ 318)
114,1	Фрикадельки рыбные+	10,44	70	11,725	1,75	6,3	85,225	0,07	0,095	0,551	45,824	0,805	
140,1	Напиток яблочный+	3,58	180	0,99	0,09	21,055	80,734	0,009	0,009	37,125	4,955	0,558	0002 (№ 7014)
0,1	Хлеб пшеничный+	2,8	50	3,8	0,45	23,34	114,8	0,06	0,03		11,5	0,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>23,76</b>	<b>450</b>	<b>18,598</b>	<b>6,301</b>	<b>72,167</b>	<b>421,37</b>	<b>0,288</b>	<b>0,238</b>	<b>48,453</b>	<b>86,681</b>	<b>3,437</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>159,68</b>	<b>1 883</b>	<b>70,11</b>	<b>59,513</b>	<b>268,12</b>	<b>1 872,391</b>	<b>0,892</b>	<b>1,249</b>	<b>82,791</b>	<b>924,095</b>	<b>15,647</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 159,68 руб.  
 Стоимость за 10: 159,68 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дети принт)

0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)

0005 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под. ред. Ф.Л. Марчука, изд. 1995 г., Москва, Хлебпродинформ)



День: 2  
Неделя: 2  
Сезон: Лето-Осень Сад 2024  
Возрастная категория: Дети сад



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг		Минеральные вещества, мг		Сб. рац. № рац.
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>												
2,1	Каша пшеничная молочная+	10,98	180	10,26	5,94	47,07	289,08	0,216	0,189	0,825	179,397	1,434
0,26	Батон нарезной+	2,4	30	2,26	0,27	14,01	62,395	0,048	0,018		6,9	0,57
34	Чай с молоком+	4,82	200	1,9	1,9	14,8	63,9	0,02	0,08	0,46	75	1,18
	<b>Итого:</b>	<b>18</b>	<b>410</b>	<b>14,44</b>	<b>8,11</b>	<b>75,88</b>	<b>441,878</b>	<b>0,284</b>	<b>0,287</b>	<b>1,308</b>	<b>261,297</b>	<b>3,254</b>
<b>Завтрак 2ой</b>												
0,31	Черешня+	30,61	100	1,1	0,4	10,6	48,28	0,01	0,01	15	33	1,8
	<b>Итого:</b>	<b>30,61</b>	<b>100</b>	<b>1,1</b>	<b>0,4</b>	<b>10,6</b>	<b>48,28</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>15</b>	<b>33</b>	<b>1,8</b>
<b>Обед</b>												
58	Икра кабачковая+	7,99	50	1,167	3,833	6,167	55,557	0,033	0,033	6,917	22,075	0,608
0,01	Соль+	0,11	5								22,08	0,174
231	Суп с рыбными консервами+	18,2	190	6,530	6,393	10,891	127,11	0,008	0,11	6,524	34,428	0,355
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,06
284,1	Печень по-деревенски+	24,46	80	12,69	6,04	6,3	153,76	0,14	1,1	8,21	35,56	3,98
103,1	Макаронные изделия отварные+	6,04	140	11,433	4,082	69,373	214,069	0,216	0,064		26,236	1,521
0,44	Сок фруктовый+	8,73	180	0,9	0,18	24,84	96,552	0,036	0,018	3,6	36	0,72
0,09	Хлеб ржаной+	2,5	50	3,3	0,6	17,1	85,51	0,09	0,04		17,5	1,95
	<b>Итого:</b>	<b>70,03</b>	<b>700</b>	<b>36,166</b>	<b>23,707</b>	<b>135,376</b>	<b>737,168</b>	<b>0,522</b>	<b>1,396</b>	<b>32,66</b>	<b>209,029</b>	<b>9,991</b>
<b>Полдник</b>												
334	Пюре картофельное+	4,81	50	3,416	3	27,207	150	0,072		0,026	16,079	0,543
0,24	Йогурт+	17	200	13,158	3,947	9,211	123,168		0,078	1,579	328,316	0,283
	<b>Итого:</b>	<b>21,81</b>	<b>250</b>	<b>16,574</b>	<b>6,947</b>	<b>36,418</b>	<b>273,168</b>	<b>0,072</b>	<b>0,078</b>	<b>1,605</b>	<b>341,394</b>	<b>0,806</b>
<b>Ужин</b>												
185,1	Супс куриный+	2,18	40			5,28	19,84			0,272	1,12	0,032
144,2	Запеканка из творога+	43,95	160	25,48	28,547	12,96	387,32	0,08	0,427	0,373	237,6	1,067
133	Кисель из плодов шиповника+	4,36	200	0,3		25,312	107,42		0,04	35,2	8,75	1,86
0,1	Хлеб пшеничный+	2,8	50	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,03		11,5	0,95
	<b>Итого:</b>	<b>53,29</b>	<b>450</b>	<b>29,58</b>	<b>26,997</b>	<b>66,892</b>	<b>629,38</b>	<b>0,16</b>	<b>0,497</b>	<b>36,945</b>	<b>258,97</b>	<b>3,909</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>193,74</b>	<b>1910</b>	<b>97,85</b>	<b>66,161</b>	<b>325,166</b>	<b>2125,864</b>	<b>1,048</b>	<b>2,267</b>	<b>86,408</b>	<b>1102,69</b>	<b>19,76</b>

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 193,74 руб.  
Стоимость за 10: 193,08 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

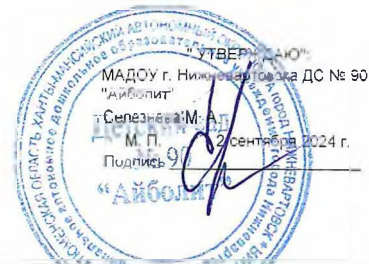
0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под ред. М.П. Моисилько и В.А. Тучельная, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)

0003 - Технико-технологическая карта

0006 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под ред. Ф.Л.Марчука, изд. 1986 г., Москва, Хлебпромдизформ)

День: 3  
 Неделя: 2  
 Сезон: Лето-Осень Сад 2024  
 Возрастная категория: Дети сад



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Примечание, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец. № рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
17,3	Суп молочный с крупой (геркулес)++	8,23	180	3,15	3,33	13,14	96,75	0,054	0,207	0,999	197,838	0,198	
35,1	Кофейный напиток+	13,31	180	2,25	1,44	12,884	69,524	0,054	0,225	1,035	36,774	0,531	0001 (№ 395)
100	Бутерброд с сыром+	11,24	35/15,957	6,58	8,45	18,38	180	0,07	0,08	0,011	142,4	0,96	0001 (№ 3)
	<b>Итого:</b>	<b>32,78</b>	<b>410,957</b>	<b>12,08</b>	<b>13,22</b>	<b>45,414</b>	<b>346,284</b>	<b>0,178</b>	<b>0,512</b>	<b>2,045</b>	<b>377,012</b>	<b>1,689</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,02	Бананы+	18,33	100	1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,05	10	8	0,6	0000
	<b>Итого:</b>	<b>18,33</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>21</b>	<b>87,3</b>	<b>0,04</b>	<b>0,05</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>0,6</b>	
<b>Обед</b>													
232,1	Мясо для супа (куры)+	8,05	15	7,182	6,87	0,064	90,72	0,04		1,017	10,582	0,63	0001 (№ 300)
0,01	Соль+	0,11	5								22,08	0,174	0000
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1934 г.	5,19	60	0,48	0,06	1,5	8,46	0,02	0,02	6	13,8	0,36	0005 (№ 6/н(таб24))
253,2	Суп картофельный с клецками+	4,43	170	2,339	3,244	15,511	100,64	0,075		7,84	17,357	0,707	0001 (№ 85)
300,2	Клецки+	1,02	15	0,877	0,83	3,625	25,501	0,012	0,02		10,333	0,595	0001 (№ 120)
252	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08	0006
228,1	Перец фаршированный мясом и рисом+	46,48	190	12,32	7,47	12,37	165,33	0,08	0,58	95,47	20,4	1,33	
143,1	Напиток из плодов шиповника+	6,55	200	0,7		18,312	71,02	0,01	0,13	220	12,4	5,06	0001 (№ 398)
0,09	Хлеб ржаной+	2,5	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>77,63</b>	<b>710</b>	<b>27,328</b>	<b>19,103</b>	<b>68,703</b>	<b>551,681</b>	<b>0,327</b>	<b>0,9</b>	<b>335,327</b>	<b>135,692</b>	<b>10,387</b>	
<b>Полдник</b>													
281,1	Яблоко+	13,58	180	5,22	4,5	7,56	92	0,04	0,023	0,54	228,2	0,18	0001 (№ 401)
342,1	Пирог открытый с повидлом (джем)++	5,08	70	4,326	2,254	38,724	192,5	0,077	0,049	0,055	0,055	0,573	0001 (№ 459)
	<b>Итого:</b>	<b>18,76</b>	<b>250</b>	<b>9,546</b>	<b>6,754</b>	<b>46,284</b>	<b>284,5</b>	<b>0,117</b>	<b>0,072</b>	<b>0,596</b>	<b>223,256</b>	<b>1,153</b>	
<b>Ужин</b>													
255,1	Рыба треска, тушенная с овощами+	18,73	80	7,66	3,85	2,2	74	0,05	0,04	1,96	22,1	0,47	
104,2	Картофельное пюре+	10,3	140	2,958	3,817	19,591	129,743	0,121	0,103	10,089	34,571	1,027	0001 (№ 305)
0,44	Сок фруктовый+	9,22	190	0,95	0,19	26,22	101,916	0,058	0,019	3,8	38	0,75	0000
0,1	Хлеб пшеничный+	2,24	40	3,04	0,36	18,872	91,84	0,054	0,024		9,2	0,75	0000
	<b>Итого:</b>	<b>40,49</b>	<b>450</b>	<b>14,618</b>	<b>8,217</b>	<b>66,683</b>	<b>397,499</b>	<b>0,273</b>	<b>0,186</b>	<b>15,849</b>	<b>103,871</b>	<b>3,017</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>187,99</b>	<b>1 920,957</b>	<b>65,072</b>	<b>47,395</b>	<b>248,084</b>	<b>1 667,264</b>	<b>0,935</b>	<b>1,72</b>	<b>363,818</b>	<b>847,83</b>	<b>16,845</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 187,99 руб.  
 Стоимость за 10: 1879,99 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)

0005 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под. ред. Ф.Л. Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)

Дени: 4  
 Неделя: 2  
 Сезон: Лето-Осень Сад 2024  
 Возрастная категория: Дети сад



### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
8,1	Каша кукурузная молочная+	11,34	180	10,44	4,95	45,72	272,88	0,049	0,007	0,23	177,507	1,512	0001 (№ 185)
32,1	Чай+	0,35	200	0,8	0,2	0,2	5,6		0,04	0,4	17,6	3,28	0001 (№ 381)
268	Бутерброды с маслом+	10,19	10/30	2,45	7,55	14,82	135	0,05	0,03		9,3	0,52	0001 (№ 1)
	<b>Итого:</b>	<b>21,88</b>	<b>420</b>	<b>13,69</b>	<b>12,7</b>	<b>60,54</b>	<b>414,48</b>	<b>0,149</b>	<b>0,277</b>	<b>1,237</b>	<b>204,587</b>	<b>5,412</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,27	Персики+	36,66	100	0,9	0,1	9,5	40,6	0,04	0,08	10	20	0,6	
	<b>Итого:</b>	<b>36,66</b>	<b>100</b>	<b>0,9</b>	<b>0,1</b>	<b>9,5</b>	<b>40,6</b>	<b>0,04</b>	<b>0,08</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>0,6</b>	
<b>Обед</b>													
57,1	Икра баклажанная+	11,24	60	1,4	4,4	5,7	62,9	0,03	0,04	3,08	15,8	0,54	
85,1	Суп картофельный с крутой+	2,83	170	2,055	2,35	16,65	101,49	0,043	0,034	3,528	10,608	0,493	
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,06	0006
267	Жаркое подмашному из говядины+	46,48	160	11,7	7,2	19,58	194,4	0,14	0,18	8,28	28,8	2,52	
0,01	Соль+	0,11	5								22,08	0,174	0000
126,1	Компот из смородины черной+	26,56	180	0,54	0,09	21,977	85,842	0,018	0,018	108	19,672	0,785	0001 (№ 375)
0,09	Хлеб ржаной+	2,5	50	3,3	0,5	17,1	85,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>91,22</b>	<b>650</b>	<b>19,365</b>	<b>14,7</b>	<b>81,517</b>	<b>534,642</b>	<b>0,321</b>	<b>0,322</b>	<b>127,838</b>	<b>125,81</b>	<b>6,522</b>	
<b>Полдник</b>													
281	Кефир+	14,4	200	5,8	5	8	100	0,078	0,344	1,4	340	0,2	
0,4	Печенье+		50	1,88	2,885	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472	0000
	<b>Итого:</b>	<b>14,4</b>	<b>250</b>	<b>7,48</b>	<b>7,885</b>	<b>24,74</b>	<b>197,69</b>	<b>0,095</b>	<b>0,356</b>	<b>1,4</b>	<b>246,52</b>	<b>0,672</b>	
<b>Ужин</b>													
0,3	Яйцо отварное+	0,62	60	7,512	6,804	0,414	92,34	0,005	0,02				0001 (№ 213)
171,1	Запеканка овощная+	16,37	180	6,165	6,854	36,045	232,363	0,171	0,144	19,62	73,233	2,016	
0,23	Сок томатный+	8	200	1,6		6	29,2	0,02	0,06	15,8	28	1,8	0000
0,1	Хлеб пшеничный+	1,58	30	2,28	0,27	14,004	68,88	0,048	0,018		6,9	0,57	0000
	<b>Итого:</b>	<b>26,67</b>	<b>470</b>	<b>17,557</b>	<b>13,968</b>	<b>56,463</b>	<b>413,383</b>	<b>0,244</b>	<b>0,242</b>	<b>35,42</b>	<b>108,133</b>	<b>4,386</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>190,83</b>	<b>1 890</b>	<b>58,992</b>	<b>49,123</b>	<b>232,76</b>	<b>1 600,795</b>	<b>0,848</b>	<b>1,276</b>	<b>175,894</b>	<b>705,05</b>	<b>17,592</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 190,83 руб.  
 Стоимость за 10: 190,35 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диететра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дени принт)

0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под. ред. Ф.Л. Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 5  
Неделя: 2  
Сезон: Лето-Осень Сад 2024  
Возрастная категория: Дети сад



### Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Применение пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	К	Са	Fe	
	<b>Завтрак</b>													
15,1	Омлет натуральный+	14,64	150	15	15,375	3	209,625	0,075	0,413	0,225	102,3	2,4	0001 (№ 215)	
36	Какао на молоке+	13,37	200	6,79	7,88	22,746	184,29	0,09	0,32	2,6	243,05	0,9		
312,2	ТК № 312.2 Икра кабанковая консервир. порц. (без номера) Сб. 1994 г.	6,32	50	0,95	4,45	3,85	59,25	0,008	0,025	3,5	20,5	0,35	0005 (№ 01(таб24))	
0,25	Батон Нарезной+	2,4	30	2,28	0,27	14,01	68,898	0,048	0,018		6,9	0,57	0000	
	<b>Итого:</b>	<b>36,73</b>	<b>430</b>	<b>25,02</b>	<b>27,975</b>	<b>43,606</b>	<b>522,063</b>	<b>0,221</b>	<b>0,775</b>	<b>6,325</b>	<b>372,75</b>	<b>4,22</b>		
	<b>Завтрак 2ой</b>													
0,29	Яблоко+	12,5	100	0,04	0,04	9,8	42,38	0,03	0,02	165	16	2,2	0000	
	<b>Итого:</b>	<b>12,5</b>	<b>100</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>9,8</b>	<b>42,68</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>165</b>	<b>16</b>	<b>2,2</b>		
	<b>Обед</b>													
163,1	Капуста тушенная+	9,21	160	5,76	4,92	23,28	141	0,502	0,095	47,254	40,368	1,775	0001 (№ 306)	
314,1	Салат томатный+	1,84	30	0,51	1,35	2,34	24	0,005	0,005	0,84	6	0,21	0001 (№ 348)	
0,01	Соль+	0,11	5								22,28	0,174	0000	
220,1	Мясо для супа+	17,49	25	6,5	4,2		63,5	0,013	0,04		7,5	0,4	0001 (№ 273)	
66,1	Суп картофельный с бобовыми+	2,87	170	3,74	3,658	12,58	100,898	0,09	0,045	3,388	30,144	1,167	0001 (№ 81)	
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,05	0000	
118,1	Суфле из кур с рисом+	26,74	70	11,453	10,413	13,313	197,136	0,044	0,095	0,018	30,774	1,041		
0,09	Хлеб ржаной+	2,5	50	3,3	0,5	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000	
126	Компот из смеси сухофруктов+	3,41	200	1,5		44,205	173,46	0,02	0,08	2,5	57,9	1,56	0001 (№ 375)	
	<b>Итого:</b>	<b>65,37</b>	<b>735</b>	<b>32,903</b>	<b>25,171</b>	<b>113,619</b>	<b>790,006</b>	<b>0,815</b>	<b>0,413</b>	<b>59,41</b>	<b>223,416</b>	<b>8,358</b>		
	<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	11,43	180	4,945	5,025	6,93	96,23	0,048	0,152	0,988	205,38	0,095	0001 (№ 400)	
148,1	Ватрушка с творогом+	7,95	60	8,487	2,133	27,4	154,333	0,093	0,107	0,107	39,04	0,953	0001 (№ 458)	
	<b>Итого:</b>	<b>19,38</b>	<b>250</b>	<b>13,312</b>	<b>7,168</b>	<b>36,33</b>	<b>252,563</b>	<b>0,141</b>	<b>0,259</b>	<b>1,095</b>	<b>248,42</b>	<b>1,048</b>		
	<b>Ужин</b>													
165,1	Картофельное пюре+	6,24	140	3,024	1,054	20,272	109,144							
273	Напиток витаминный "Виташка"	10,13	160	0,305	0,162	28,161	119,808			1,152	7,776	1,672	0000	
115,1	Пудинг рыбный+	13,95	80	12,6	3,7	5,6	105,7	0,07	0,1	0,51	49,25	0,8	0001 (№ 309)	
0,1	Хлеб пшеничный+	2,8	50	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,03		11,5	0,95	0000	
	<b>Итого:</b>	<b>33,13</b>	<b>450</b>	<b>19,73</b>	<b>5,376</b>	<b>77,373</b>	<b>449,452</b>	<b>0,15</b>	<b>0,13</b>	<b>1,762</b>	<b>68,526</b>	<b>3,622</b>		
	<b>Итого за день:</b>	<b>167,11</b>	<b>1 965</b>	<b>91,004</b>	<b>65,73</b>	<b>280,728</b>	<b>2 056,764</b>	<b>1,367</b>	<b>1,597</b>	<b>233,592</b>	<b>929,112</b>	<b>19,448</b>		

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 167,11 руб.  
Стоимость за 10: 1671,11 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ /

Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ /

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)

0005 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под ред. Ф.Л. Марчука, изд. 1993 г., Москва, ХлебградИнформ)