

Селезнева  
Марина  
Анатольевна

Подписано цифровой  
подписью: Селезнева  
Марина Анатольевна  
Дата: 2024.04.02 14:24:24  
+05'00'

День: 1  
Неделя: 1  
Сезон: Весна-лето ясли 2024 (от1-3лет)  
Возрастная категория: Ясли корпус 2



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
<b>Завтрак</b>													
5,1	Каша геркулес молочная+	12,79	140	5,693	4,76	20,44	147,467	0,112	0,159	0,672	145,413	0,831	0001 (№ 185)
36	Каша на молоке+	15,85	170	5,769	6,698	19,623	157,817	0,068	0,272	2,21	206,641	0,771	
0,25	Батон нарезной+	2,92	40	3,04	0,35	18,58	91,853	0,064	0,024		9,2	0,76	0000
	<b>Итого:</b>	<b>31,56</b>	<b>350</b>	<b>14,502</b>	<b>11,818</b>	<b>58,743</b>	<b>397,137</b>	<b>0,244</b>	<b>0,455</b>	<b>2,882</b>	<b>361,264</b>	<b>2,361</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,44	Сок фруктовый	48	100	0,3		13,793	53,613	0,02	0,007	2	17,993	0,4	0000
	<b>Итого:</b>	<b>48</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>													
0,13	Сметана в суп+	0,67	2	0,06	0,2	0,06	2,26			0,013	1,8		0000
66,1	Борщ с капустой и картофелем+	3,04	140	1,241	2,819	8,671	65,623	0,037	0,037	4,153	17,799	0,719	
222	Зелень в суп+	0,48	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	0,06
227,1	Плов из отварной говядины+	36,22	150	9,75	10,8	28,75	251,333	0,083		5,1	22,417	2,067	0002 (№ 443)
275	Компот из консервированных плодов+	0,56	150	0,12		23	93,3	0,012	0,024	1,8	6,3	0,33	0001 (№ 377)
0,09	Хлеб ржаной+	1,44	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>42,41</b>	<b>484</b>	<b>13,861</b>	<b>14,309</b>	<b>74,241</b>	<b>483,546</b>	<b>0,203</b>	<b>0,101</b>	<b>16,067</b>	<b>73,465</b>	<b>4,765</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	15,01	150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07	0001 (№ 400)
334	Плюшка новосмоловская+	4,53	50	3,417	3	27,208	150	0,072		0,026	15,083	0,55	0003 (№ 334)
	<b>Итого:</b>	<b>19,54</b>	<b>200</b>	<b>7,317</b>	<b>7</b>	<b>34,308</b>	<b>227,8</b>	<b>0,112</b>	<b>0,16</b>	<b>0,806</b>	<b>168,463</b>	<b>0,62</b>	
<b>Ужин</b>													
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб 1994 г.	8,16	40	0,32	0,04	1	5,64	0,01	0,02	4	9,2	0,24	0006 (№ Б/Н(та524))
103,1	Макаронные изделия отварные+	4,74	110	8,976	3,168	54,501	168,19	0,168	0,056		20,614	1,195	0001 (№ 317)
114,1	Фрикадельки рыбные+	10,26	60	10,1	1,5	5,4	73	0,06	0,08	0,47	39,27	0,69	
143,1	Напиток из плодов шиповника+	3,87	160	0,533		14,091	54,72	0,011	0,107	175,915	9,92	4,043	0001 (№ 398)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,053	0,023		10,5	1,17	0000
	<b>Итого:</b>	<b>28,28</b>	<b>400</b>	<b>21,909</b>	<b>5,068</b>	<b>85,652</b>	<b>354,65</b>	<b>0,301</b>	<b>0,295</b>	<b>180,385</b>	<b>89,504</b>	<b>7,337</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>169,8</b>	<b>1 534</b>	<b>57,889</b>	<b>38,185</b>	<b>266,737</b>	<b>1 517,146</b>	<b>0,88</b>	<b>1,018</b>	<b>202,139</b>	<b>710,68</b>	<b>15,474</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 169,8 руб.  
Стоимость за 10: 181,51 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Дата: \_\_\_\_\_ И. И.  
Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /  
бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

- 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: 2  
Неделя: 1  
Сезон: Весна-лето ясли 2024 (от1-3лет)  
Возрастная категория: Ясли корпус 2



### 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. Назв.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
144,2	Запеканка из творога+	47,82	120	19,116	19,908	9,72	290,49	0,06	0,312	0,278	178,2	0,792	0001 (№ 237)
182,1	Соус молочный (сладкий)+	1,78	20	0,4	0,8	3	20		0,02	0,06	12,34	0,04	0001 (№ 351)
0,25	Батон нарезной+	1,76	30	2,28	0,27	14,01	68,89	0,048	0,018		6,9	0,57	0000
34	Чай с молоком+	7,91	180	1,92	1,92	14,88	84,48	0,012	0,072	0,432	67,5	1,068	0001 (№ 394)
	<b>Итого:</b>	<b>59,27</b>	<b>350</b>	<b>23,716</b>	<b>22,898</b>	<b>41,61</b>	<b>463,86</b>	<b>0,12</b>	<b>0,422</b>	<b>0,768</b>	<b>264,94</b>	<b>2,47</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,02	Бьянны+	17,42	95	1,425	0,095	19,95	82,935	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>19,95</b>	<b>82,935</b>	<b>0,038</b>	<b>0,095</b>	<b>9,5</b>	<b>7,6</b>	<b>1,14</b>	
<b>Обед</b>													
86,1	Суп картофельный с бобовыми+	2,85	130	2,86	2,773	9,62	77,133	0,069	0,035	2,591	23,053	0,893	0001 (№ 81)
220,1	Мясо для супа+	23,76	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	0001 (№ 273)
250,3	Шницели+	26,92	60	9,7	5,9	5,9	114	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66	0001 (№ 282)
222	Зелень в суп+	0,33	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	0006
104,2	Картофельное пюре+	8,44	110	2,332	2,992	15,389	101,937	0,095	0,08	7,927	27,159	0,803	0001 (№ 305)
123,4	Компот из плодов сушеных+	6	150	1,1		29,412	115,12						0001 (№ 376)
0,09	Хлеб ржаной+	1,46	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
0,01	Соль+	0,03	3								11,04	0,087	0000
	<b>Итого:</b>	<b>69,79</b>	<b>515</b>	<b>23,882</b>	<b>15,655</b>	<b>74,081</b>	<b>531,02</b>	<b>0,284</b>	<b>0,265</b>	<b>15,608</b>	<b>116,922</b>	<b>4,583</b>	
<b>Полдник</b>													
0,4	Пряники+	3,72	40	3,36	5,31	33,48	195,38	0,034	0,024		13,04	0,944	0000
281,1	Ряженка+	10,87	160	4,84	4	6,72	81,067	0,032	0,021	0,48	198,4	0,16	0001 (№ 401)
	<b>Итого:</b>	<b>14,59</b>	<b>200</b>	<b>8</b>	<b>9,31</b>	<b>40,2</b>	<b>276,447</b>	<b>0,066</b>	<b>0,045</b>	<b>0,48</b>	<b>211,44</b>	<b>1,104</b>	
<b>Ужин</b>													
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	10,2	40	0,44	0,08	1,52	8,56	0,02	0,02	10	5,6	0,36	0006 (№ 61/таб24)
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	16,38	160	2,379	6,539	14,699	126,72	0,117	0,117	30,731	37,397	1,173	0001 (№ 137)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,63	40	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56	0000
0,04	Сок тыквенный+	4,46	160	0,6		14,512	57,544	0,024	0,024	1,44	15,592	0,24	0001 (№ 359)
	<b>Итого:</b>	<b>32,67</b>	<b>400</b>	<b>6,099</b>	<b>7,099</b>	<b>44,411</b>	<b>283,824</b>	<b>0,231</b>	<b>0,181</b>	<b>42,171</b>	<b>72,589</b>	<b>3,333</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>193,74</b>	<b>1 560</b>	<b>63,082</b>	<b>54,957</b>	<b>220,252</b>	<b>1 617,886</b>	<b>0,739</b>	<b>1,019</b>	<b>68,527</b>	<b>673,492</b>	<b>12,43</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 193,74 руб.  
Стоимость за 10: 181,51 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Дата: гад. иева И. И.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

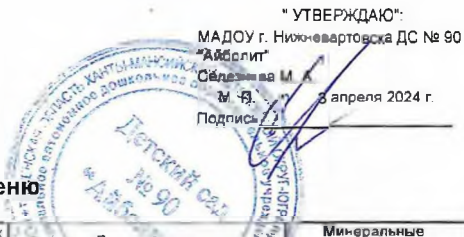
бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

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)

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: Весна-лето ясли 2024 (от1-3лет)  
Возрастная категория: Ясли корпус 2



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	Са	Фв		
<b>Завтрак</b>													
3,1	Каша рисовая молочная+	14,97	150	5,2	3,9	26,8	163,8	0,05	0,15	0,72	146,17	0,32	
268	Бутерброды с маслом+	9,69	10/30	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62	0001 (№ 1)
0,3	Яйцо отварное+	0,72	60	7,512	6,804	0,414	92,94	0,005	0,02				0001 (№ 213)
35,1	Лимонный напиток+	19,92	180	2,28	1,44	12,854	68,904	0,05	0,228	1,044	214,632	0,528	0001 (№ 395)
	<b>Итого:</b>	<b>48,3</b>	<b>480</b>	<b>17,442</b>	<b>19,694</b>	<b>54,688</b>	<b>488,244</b>	<b>0,165</b>	<b>0,428</b>	<b>1,764</b>	<b>370,162</b>	<b>1,488</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,21	Мандарин+	28,24	95	0,76	0,19	7,125	36,1	0,057	0,028	36,1	33,25	0,095	0000
	<b>Итого:</b>	<b>28,24</b>	<b>95</b>	<b>0,76</b>	<b>0,19</b>	<b>7,125</b>	<b>36,1</b>	<b>0,057</b>	<b>0,028</b>	<b>36,1</b>	<b>33,25</b>	<b>0,095</b>	
<b>Обед</b>													
245	Суп - лапша домашняя+	0,75	130	1,491	0,945	10,305	58,179	0,052	0,035	3,614	10,513	0,494	
245,1	Лапша домашняя+	0,35	12	1,585	0,488	7,988	42,118	0,021	0,018		4,77	0,218	0001 (№ 118)
222	Зелень в суп+	0,48	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	0005
235	Грица отварная+	30,79	50	9,975	9,542	0,117	126	0,056		1,412	14,898	0,875	0001 (№ 300)
212,1	Колбаса тушеная+	10,42	130	3,575	7,989	14,677	181,664	0,092	0,078	56,981	88,096	1,735	
0,09	Хлеб ржаной+	1,44	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
481	Кисель из брусники	7,21	150	0,09	0,06	11,056	45,36			2,25	6,61	0,11	
0,01	Соль+	0,05	4								14,72	0,116	0000
	<b>Итого:</b>	<b>51,48</b>	<b>518</b>	<b>19,356</b>	<b>19,473</b>	<b>57,882</b>	<b>474,751</b>	<b>0,251</b>	<b>0,171</b>	<b>68,658</b>	<b>164,607</b>	<b>5,208</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	16,01	160	4,16	4,267	7,573	82,987	0,043	0,171	0,832	163,695	0,075	0001 (№ 400)
147,1	Блины+	6,75	60	4,1	2,5	25,4	126,1	0,08	0,03		10,98	0,8	
	<b>Итого:</b>	<b>22,76</b>	<b>220</b>	<b>8,26</b>	<b>6,767</b>	<b>32,873</b>	<b>209,087</b>	<b>0,123</b>	<b>0,201</b>	<b>0,832</b>	<b>174,685</b>	<b>0,875</b>	
<b>Ужин</b>													
15,1	Омлет натуральный+	14,36	140	14	14,467	2,8	196	0,07	0,397	0,21	95,667	2,24	0001 (№ 215)
276	Салат из консервированных овощей+	7	40	0,8	2,06	2	30,05	0,03	0,01	3,22	8,71	0,26	
34,1	Чай с лимоном+	2,75	180	0,188	0,09	13,122	53,1	0,002	0,002	2,61	7,38	0,816	0001 (№ 393)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,85	40	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>25,79</b>	<b>480</b>	<b>17,638</b>	<b>17,097</b>	<b>31,802</b>	<b>349,95</b>	<b>0,172</b>	<b>0,439</b>	<b>6,04</b>	<b>125,757</b>	<b>4,876</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>173,58</b>	<b>1 663</b>	<b>63,466</b>	<b>63,221</b>	<b>184,271</b>	<b>1 532,132</b>	<b>0,768</b>	<b>1,267</b>	<b>113,394</b>	<b>868,301</b>	<b>12,522</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 173,58 руб.  
Стоимость за 10: 181,51 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Дата: \_\_\_\_\_ / Подпись: И. И.

Врач(диетсистра): \_\_\_\_\_ /

бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Подпись: Паскина Л. П.

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)

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: Весна-лето ясли 2024 (от1-3лет)  
Возрастная категория: Ясли корпус 2



### 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>													
8,1	Каша кукурузная молочная+	14,1	150	8,7	4,1	38,1	227,4	0,08	0,17	0,7	148,06	1,26	0001 (№ 185)
8,28	Яблоко отваренное+	2,19	30	2,28	0,27	14,01	68,89	0,048	0,018		6,9	0,57	0000
36	Яблоко на молоке+	15,85	170	5,769	6,888	19,623	157,817	0,068	0,272	2,21	206,841	0,771	
	<b>Итого:</b>	<b>32,14</b>	<b>350</b>	<b>16,748</b>	<b>11,088</b>	<b>71,733</b>	<b>454,107</b>	<b>0,186</b>	<b>0,46</b>	<b>2,91</b>	<b>361,601</b>	<b>2,601</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,38	Яблоко+	18,29	100	0,8	0,4	8,1	47,067	0,02	0,04	180	40	0,8	
	<b>Итого:</b>	<b>18,29</b>	<b>100</b>	<b>0,8</b>	<b>0,4</b>	<b>8,1</b>	<b>47,067</b>	<b>0,02</b>	<b>0,04</b>	<b>180</b>	<b>40</b>	<b>0,8</b>	
<b>Обед</b>													
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без шпателя) Сб. 1994 г.	10,2	40	0,44	0,08	1,52	8,56	0,02	0,02	10	5,6	0,36	0006 (№ Б/Н(таб24))
74,1	Кабачки из свежей капусты с картофелем+	3,1	150	1,1	3	5,4		0,03	0,03	7,52	22,19	0,44	0001 (№ 67)
0,13	Омлет в суп+	1,34	4	0,12	0,4	0,12	4,52			0,027	3,6		0000
222,2	Брокколи в суп+	0,72	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	
202,1	Картофельное пюре из отварной говядины+	33,33	60	14,63	1,52	0,28	72,95	0,06	0,09	0,12	7,2	1,21	
166,1	Картофельное пюре+	5,43	110	2,383	0,856	15,95	85,739						
126,1	Омлет из смородины черной+	21,88	150	0,5	0,1	18,306	71,46	0,01	0,02	90	16,54	0,64	0001 (№ 375)
0,69	Яблоко ржаной+	1,44	40	2,64	0,48	18,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
0,01	Сельдь+	0,05	4								14,72	0,116	0000
	<b>Итого:</b>	<b>77,49</b>	<b>560</b>	<b>21,883</b>	<b>6,446</b>	<b>55,336</b>	<b>314,689</b>	<b>0,19</b>	<b>0,2</b>	<b>112,667</b>	<b>96</b>	<b>4,406</b>	
<b>Ужин</b>													
281	Яблочный пирог+	16	160	4,84	4	6,4	80	0,084	0,277	1,12	192	0,16	
0,14	Печенье+	4,44	40	3,36	5,31	38,48	186,38	0,084	0,084		13,04	0,944	0000
	<b>Итого:</b>	<b>20,44</b>	<b>200</b>	<b>8</b>	<b>9,31</b>	<b>39,88</b>	<b>275,38</b>	<b>0,088</b>	<b>0,361</b>	<b>1,12</b>	<b>205,04</b>	<b>1,104</b>	
<b>Ужин</b>													
160,1	Вареники ленивые+	36,48	130	16,983	15,448	22,707	294,775	0,085	0,26	0,217	141,787	0,845	0001 (№ 208)
182,1	Соус молочный (сладкий)+	4,86	50	1	2	7,5	50		0,05	0,15	30,85	0,1	0001 (№ 351)
143,1	Напиток из плодов шиповника+	2,67	180	0,6		15,852	61,56	0,012	0,12	197,904	11,16	4,548	0001 (№ 396)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	2,64	0,48	18,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>45,69</b>	<b>400</b>	<b>20,276</b>	<b>17,988</b>	<b>59,739</b>	<b>477,135</b>	<b>0,147</b>	<b>0,46</b>	<b>198,271</b>	<b>187,787</b>	<b>7,053</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>184,05</b>	<b>1 610</b>	<b>67,686</b>	<b>46,188</b>	<b>284,787</b>	<b>1 568,347</b>	<b>0,681</b>	<b>1,461</b>	<b>494,967</b>	<b>899,437</b>	<b>16,984</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 184,05 руб.  
Стоимость за 10: 181,51 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Дата: г. д. м. И. И.  
Врач(диетестра): \_\_\_\_\_ /  
бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

Ю0 - Продукт промышленного производства

Ю1 - «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)

Ю6 - «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: Весна-лето ясли 2024 (от1-3лет)  
Возрастная категория: Ясли корпус 2



Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рац. №реп.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	К	
<b>Завтрак</b>													
17,1	Суп молочный с крутой (пшено)+	8,42	140	2,427	2,613	10,267	75,227	0,056	0,215	1,036	205,165	0,205	0002 (№ 161)
100,2	Бутерброд с сыром+	12,25	200/10,533	5,04	6,59	14,56	138	0,06	0,06	0,07	108,1	0,68	0001 (№ 3)
34	Чай с молоком+	7,31	170	1,813	1,813	14,053	79,787	0,011	0,058	0,488	83,75	1,089	0001 (№ 394)
	<b>Итого:</b>	<b>27,98</b>	<b>345,638</b>	<b>9,28</b>	<b>11,017</b>	<b>38,88</b>	<b>293,013</b>	<b>0,117</b>	<b>0,343</b>	<b>1,514</b>	<b>377,015</b>	<b>1,894</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,28	Пюре+	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>													
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	8,16	40	0,32	0,04	1	5,64	0,01	0,02	4	9,2	0,24	0006 (№ 6/н(таб24))
80,1	Рассольник драниградский+	4,12	130	1,213	2,687	8,407	64,74	0,043	0,035	3,668	10,92	0,485	
0,13	Сметана в суп+	2,02	6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4		0000
202,2	Щи зеленый в суп+	0,72	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	
230,1	Мясо для супа+	35,76	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	0001 (№ 273)
260,2	Вяленки+	26,97	60	9,7	5,9	5,9	114	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66	0001 (№ 282)
204,1	Гречка рассыпчатая+	3,17	110	6,611	1,716	33,429	158,477	0,176	0,095		14,333	3,368	0001 (№ 313)
188,1	Напиток клюквенный+	6,47	100	0,1		15,766	59,36			2,81	2,98	0,17	0002 (№ 700)
0,89	Хлеб ржаной+	1,44	40	2,64	0,48	13,98	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
0,01	Соль+	0,02	2								7,36	0,058	0000
	<b>Итого:</b>	<b>76,85</b>	<b>580</b>	<b>26,014</b>	<b>14,893</b>	<b>78,382</b>	<b>531,827</b>	<b>0,349</b>	<b>0,209</b>	<b>15,606</b>	<b>105,863</b>	<b>6,819</b>	
<b>Вечерник</b>													
0,14	Пельмени+	2,22	20	1,68	2,685	16,74	97,68	0,017	0,012		6,52	0,472	0000
37,1	Мороженое пломбирное+	18,01	180	4,68	4,8	8,52	99,36	0,048	0,192	0,058	184,056	0,084	0001 (№ 400)
	<b>Итого:</b>	<b>20,23</b>	<b>200</b>	<b>6,36</b>	<b>7,485</b>	<b>25,26</b>	<b>197,05</b>	<b>0,065</b>	<b>0,204</b>	<b>0,916</b>	<b>190,676</b>	<b>0,556</b>	
<b>Ужин</b>													
60,2	Рыба морская+	5,92	40	1,1	3,7	5,8	57,3	0,02	0,02	3,31	17	0,76	0002 (№ 78)
246,2	Рыба треска запеченная с картофелем по-русски+	26,64	170	19,153	14,371	9,418	243,95	0,255		11,475	46,104	1,419	
0,03	Сок томатный+	10,8	180	1,44		5,4	25,268	0,012	0,048	14,208	25,188	1,82	0000
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,053	0,023		10,5	1,17	0000
	<b>Итого:</b>	<b>46,62</b>	<b>420</b>	<b>23,673</b>	<b>18,431</b>	<b>30,878</b>	<b>380,818</b>	<b>0,339</b>	<b>0,091</b>	<b>28,983</b>	<b>98,792</b>	<b>4,889</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>184,94</b>	<b>1 620,638</b>	<b>65,366</b>	<b>51,773</b>	<b>182,71</b>	<b>1 437,054</b>	<b>0,899</b>	<b>0,955</b>	<b>203,799</b>	<b>787,446</b>	<b>18,428</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 184,94 руб.  
Стоимость за 10: 181,51 руб.

шеф повар: \_\_\_\_\_ / Дата: \_\_\_\_\_  
Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /  
бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

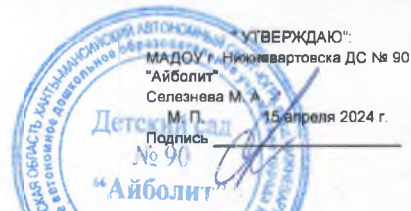
1000 - Продукт промышленного производства

1001 - «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)

1002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В. Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)

1006 - «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: Весна-лето сад 2024 (3-7лет)  
Возрастная категория: Сад корпус 2



### 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>													
268	Бутерброды с маслом+	9,69	10/30	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62	0001 (№ 1)
17,4	Суп молочный с крупой (ячневая)+	11,3	200	3,5	3,7	14,6	107,5	0,06	0,23	1,11	219,82	0,22	0002 (№ 161)
35,1	Кофейный напиток+	23,68	200	2,5	1,6	14,316	77,26	0,06	0,25	1,15	40,86	0,59	0001 (№ 395)
	<b>Итого:</b>	<b>44,86</b>	<b>440</b>	<b>8,45</b>	<b>12,85</b>	<b>43,638</b>	<b>320,76</b>	<b>0,17</b>	<b>0,51</b>	<b>2,26</b>	<b>269,98</b>	<b>1,43</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,44	Сок фруктовый	4,3	100	0,5	0,1	13,8	53,64	0,02	0,01	2	20	0,4	0000
	<b>Итого:</b>	<b>4,3</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>13,8</b>	<b>53,64</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	<b>0,4</b>	
<b>Обед</b>													
0,13	Сметана в суп+	2,52	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02	0000
311	Томаты консервированные с кожицей, порциями+		60	0,66	0,06	2,1	12	0,006	0,012	9	6	0,48	0000
66,1	Борщ с капустой и картофелем+	4,04	180	1,426	3,55	9,166	74,038	0,036	0,036	6,214	27,058	0,828	0001 (№ 57)
222	Зелень в суп+	0,48	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,46	0,032	0006
227,2	Плов из говядины+	39,85	180	11,731	12,96	34,49	301,68	0,102		6,12	26,945	2,481	
142,1	Напиток из варенья+	2,17	180	0,09		23,04	88,02			7,2	4,178	0,126	
0,09	Хлеб ржаной+	1,8	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>50,86</b>	<b>660</b>	<b>17,499</b>	<b>17,982</b>	<b>86,195</b>	<b>673,888</b>	<b>0,234</b>	<b>0,112</b>	<b>30,584</b>	<b>93,339</b>	<b>5,917</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	19,54	195	4,973	5,168	9,165	100,815	0,049	0,156	1,014	214,89	0,088	0001 (№ 400)
270	Горячий бутерброд с сыром+	20,77	5/20,596/30	8,81	13,39	16,34	224,7	0,007		0,14	202,4	0,16	
	<b>Итого:</b>	<b>40,31</b>	<b>260,596</b>	<b>13,783</b>	<b>18,568</b>	<b>26,505</b>	<b>325,515</b>	<b>0,066</b>	<b>0,166</b>	<b>1,164</b>	<b>417,29</b>	<b>0,258</b>	
<b>Ужин</b>													
183	Соус сметанный+	1,97	30	0,46	0,62	1,7	14,56	0,01	0,01	0,01	6,82	0,05	0001 (№ 354)
166,1	Картофельное пюре+	7,53	150	3,24	1,14	21,72	116,94						
114,1	Фрикадельки рыбные+	13,73	80	13,4	2	7,2	97,4	0,08	0,11	0,63	52,37	0,82	
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	3,04	0,36	18,672	81,84	0,064	0,024		9,2	0,76	0000
203,1	Напиток брусничный+	6,99	200	0,1		24,9	79,18			1,5	9,48	0,16	0003 (№ 203,1)
	<b>Итого:</b>	<b>31,9</b>	<b>500</b>	<b>20,24</b>	<b>4,12</b>	<b>74,192</b>	<b>399,92</b>	<b>0,154</b>	<b>0,144</b>	<b>2,14</b>	<b>77,67</b>	<b>1,89</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>172,02</b>	<b>1 950,596</b>	<b>60,471</b>	<b>53,609</b>	<b>243,228</b>	<b>1 673,723</b>	<b>0,633</b>	<b>0,932</b>	<b>38,138</b>	<b>878,279</b>	<b>9,894</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 172,02 руб.  
Стоимость за 10: 229,66 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Датагаджиева И. И.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

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)

" УТВЕРЖДАЮ"

МАДОУ г. Нижневартовска ДС № 90

Исполнитель М. А.

12 апреля 2024 г.

Подпись \_\_\_\_\_



Примерное двухнедельное цикличное меню

День 2  
Неделя: 1  
Сезон: Весна-лето сад 2024 ( 3-7лет)  
Возрастная категория: Дети сад

№ 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	В12	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
182.3	Соус сладкий+	5,75	25	1,8	2,125	13,875	82	0,002	0,006	0,25	76,75	0,05	0000
25.2	Запеканка из творога+	47,49	130	25,827	4,316	21,502	220,166	0,065	0,273	0,299	155,883	0,702	0001 (№ 237)
33	Чай с сахаром+	1,44	200	0,2		0,04	49		0,01	0,1	4,4	0,85	0001 (№ 392)
0,25	Батон нарезной+	3,65	50	3,8	0,45	23,35	114,83	0,08	0,03		11,5	0,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>58,33</b>	<b>405</b>	<b>31,627</b>	<b>6,891</b>	<b>58,767</b>	<b>465,996</b>	<b>0,147</b>	<b>0,408</b>	<b>0,649</b>	<b>248,533</b>	<b>2,562</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,23	Груша+	22,22	100	0,4	0,03	9,5	40,55	0,02	0,03	5	19	2,3	0000
	<b>Итого:</b>	<b>22,22</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,03</b>	<b>9,5</b>	<b>40,55</b>	<b>0,02</b>	<b>0,03</b>	<b>5</b>	<b>19</b>	<b>2,3</b>	
<b>Обед</b>													
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	12,2	60	0,48	0,06	1,5	8,46	0,02	0,02	6	13,8	0,36	0006 (№ 6/н(таб24))
86,1	Суп картофельный с бобовыми+	2,95	170	3,74	3,658	12,58	100,898	0,09	0,045	3,388	30,144	1,167	0001 (№ 81)
220,1	Мясо для супа+	19,26	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32	0001 (№ 273)
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08	0006
103,1	Макаронные изделия отварные+	6,67	150	12,25	4,32	74,87	229,36	0,23	0,09		28,11	1,63	0001 (№ 317)
250,3	Шницели+	37,77	80	12,9	7,8	7,8	152	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825	0001 (№ 282)
314,1	Соус томатный+	1,31	30	0,51	1,35	2,34	24	0,006	0,006	0,84	6	0,21	0001 (№ 348)
0,01	Соль+	0,06	5								18,4	0,145	0000
0,04	Сок тыквенный+	8,4	200	1		24,2	95,96	0,02	0,04	2,4	26	0,4	0001 (№ 399)
0,09	Хлеб ржаной+	1,8	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>91,62</b>	<b>770</b>	<b>39,51</b>	<b>21,178</b>	<b>140,59</b>	<b>751,488</b>	<b>0,517</b>	<b>0,383</b>	<b>17,74</b>	<b>187,764</b>	<b>7,087</b>	
<b>Полдник</b>													
0,4	Пряники+		50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472	0000
281,1	Ряженка*+	14,2	200	5,8	5	8,4	102,222	0,044	0,026	0,6	248	0,2	0001 (№ 401)
	<b>Итого:</b>	<b>14,2</b>	<b>250</b>	<b>7,48</b>	<b>7,655</b>	<b>25,14</b>	<b>199,912</b>	<b>0,061</b>	<b>0,038</b>	<b>0,6</b>	<b>254,52</b>	<b>0,672</b>	
<b>Ужин</b>													
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	15,3	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15	8,4	0,54	0006 (№ 6/н(таб24))
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	13,98	200	2,97	8,17	18,37	158,8	0,14	0,14	38,4	46,74	1,46	0001 (№ 137)
273,4	Напиток лимонный	3,78	200	0,1	0,01	17,56	71	0,005		5,32	5,86	0,134	0002 (№ 699)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	3,04	0,36	18,672	91,84	0,064	0,024		9,2	0,76	0000
	<b>Итого:</b>	<b>34,74</b>	<b>500</b>	<b>6,77</b>	<b>8,66</b>	<b>56,882</b>	<b>334,48</b>	<b>0,249</b>	<b>0,184</b>	<b>58,72</b>	<b>70,2</b>	<b>2,894</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>221,11</b>	<b>2 025</b>	<b>85,787</b>	<b>44,414</b>	<b>290,879</b>	<b>1 792,426</b>	<b>0,994</b>	<b>1,042</b>	<b>82,709</b>	<b>780,007</b>	<b>15,515</b>	

Стоимость рациона руб  
Стоимость по плану 221,11 руб  
Стоимость за 10 229,27 руб

Повар \_\_\_\_\_ /  
Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /  
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. Лапиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)
- 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: Весна-лето сад 2024 (3-7 лет)  
Возрастная категория: Сад корпус 2

"УТВЕРЖДАЮ":  
МАДОУ г. Нижневартовска ДС № 90  
"Айболит"  
Селезнева М. А.  
М. П. 3 апреля 2024 г.  
Подпись \_\_\_\_\_



**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., Нарц.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe	
<b>Завтрак</b>													
3,1	Каша рисовая молочная+	19,95	200	6,9	5,2	35,5	218,4	0,07	0,21	0,96	194,9	0,43	
268	Бутерброды с маслом+	7,27	7,5/22,5	1,838	5,663	10,965	102	0,038	0,023		6,975	0,465	0001 (№ 1)
36	Какао на молоке+	21,09	200	6,79	7,88	22,746	184,29	0,09	0,32	2,6	243,05	0,9	
	<b>Итого:</b>	<b>48,31</b>	<b>430</b>	<b>15,528</b>	<b>18,743</b>	<b>69,211</b>	<b>504,69</b>	<b>0,198</b>	<b>0,553</b>	<b>3,56</b>	<b>444,925</b>	<b>1,796</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,29	Яблоко+	11,36	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2	0000
	<b>Итого:</b>	<b>11,36</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>													
245	Суп - лапша домашняя+	0,95	170	1,958	1,231	13,484	76,119	0,068	0,041	4,733	13,756	0,646	0001 (№ 86)
245,1	Лапша домашняя+	0,59	20	2,561	0,781	13,237	70,308	0,035	0,029		7,956	0,364	0001 (№ 118)
222	Зелень в суп+	0,48	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,46	0,032	0006
239	Птица отварная+	43,13	70	13,965	13,353	0,166	176,4	0,079		1,978	20,729	1,225	0001 (№ 300)
183,1	Капуста тушеная+	10,67	150	4,8	4,1	19,4	117,5	0,46	0,08	39,72	33,64	1,48	0001 (№ 336)
133	Кисель из плодов шиповника+	3,74	200	0,3		25,312	107,42		0,04	35,2	8,75	1,86	0001 (№ 381)
0,09	Хлеб ржаной+	1,8	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
0,01	Соль+	0,07	6								22,08	0,174	0000
	<b>Итого:</b>	<b>61,43</b>	<b>668</b>	<b>26,936</b>	<b>20,076</b>	<b>88,78</b>	<b>636,867</b>	<b>0,732</b>	<b>0,234</b>	<b>83,63</b>	<b>128,871</b>	<b>7,731</b>	
<b>Полдник</b>													
147,1	Блины+	7,85	70	4,743	2,879	29,636	147,079	0,096	0,035		12,801	0,928	
37,1	Молоко кипяченое+	18,04	180	4,59	4,77	8,46	93,06	0,045	0,144	0,936	198,36	0,09	0001 (№ 400)
	<b>Итого:</b>	<b>26,89</b>	<b>250</b>	<b>9,333</b>	<b>7,649</b>	<b>38,096</b>	<b>240,139</b>	<b>0,141</b>	<b>0,179</b>	<b>0,936</b>	<b>211,161</b>	<b>1,018</b>	
<b>Ужин</b>													
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	12,2	60	0,48	0,06	1,5	8,46	0,02	0,02	6	13,8	0,36	0006 (№ 6/н(таб24))
15,1	Омлет натуральный+	17,03	160	16	16,4	3,2	223,6	0,08	0,44	0,24	109,12	2,58	0001 (№ 215)
0,44	Сок фруктовый	8,6	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8	0000
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	2,28	0,27	14,004	68,88	0,048	0,018		6,9	0,57	0000
	<b>Итого:</b>	<b>39,09</b>	<b>460</b>	<b>19,76</b>	<b>16,93</b>	<b>46,304</b>	<b>408,22</b>	<b>0,188</b>	<b>0,498</b>	<b>10,24</b>	<b>169,82</b>	<b>4,29</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>186,08</b>	<b>1 898</b>	<b>71,596</b>	<b>63,438</b>	<b>252,191</b>	<b>1 832,586</b>	<b>1,289</b>	<b>1,483</b>	<b>283,366</b>	<b>970,777</b>	<b>17,034</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 186,08 руб.  
Стоимость за 10: 229,66 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Датагаджиева И. И.  
Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /  
бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

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)

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



" УТВЕРЖДАЮ":

МАДОУ г. Нижневартоска ДС № 90

"Ангели"

Селезнева М. А.

М. П.

4 апреля 2024 г.

Подпись



День: 4  
Неделя: 1  
Сезон: Весна-лето сад 2024 (3-7лет)  
Возрастная категория: Сад корпус 2

**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+	17,97	200	11,6	5,5	50,8	303,2	0,11	0,23	0,08	182,48	1,68	0001 (№ 185)
34	Чай с молоком+	5,32	180	1,71	1,71	13,32	75,51	0,018	0,072	0,432	67,5	1,071	0001 (№ 394)
100	Бутерброд с сыром+	11,46	30/5/8,957	6,68	8,45	19,39	180	0,07	0,08	0,011	142,4	0,96	0001 (№ 3)
	<b>Итого:</b>	<b>34,75</b>	<b>423,957</b>	<b>19,99</b>	<b>16,66</b>	<b>83,51</b>	<b>558,71</b>	<b>0,198</b>	<b>0,382</b>	<b>1,373</b>	<b>407,33</b>	<b>3,711</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,21	Мандарины+	29,73	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	0,03	38	35	0,1	0000
	<b>Итого:</b>	<b>29,73</b>	<b>100</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>7,5</b>	<b>38</b>	<b>0,06</b>	<b>0,03</b>	<b>38</b>	<b>35</b>	<b>0,1</b>	
<b>Обед</b>													
263,1	Бефстроганов из говядины+	42,63	80	20,31	2,12	0,39	101,33	0,08	0,13	0,17	10	1,68	
0,13	Сметана в суп+	2,52	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02	0000
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	15,3	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15	8,4	0,54	0006 (№ бл(таб24))
74,1	Щи из свежей капусты с картофелем+	3,51	170	1,36	3,318	4,848	53,638	0,034	0,034	8,52	25,146	0,496	0001 (№ 67)
220,1	Мясо для супа+	22,83	25	6,5	4,2		63,5	0,013	0,04		7,5	0,4	0001 (№ 273)
0,01	Соль+	0,06	5								18,4	0,145	0000
222,2	Лук зеленый в суп+	0,72	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,46	0,032	
104,1	Картофельное пюре+	7,4	150	3,18	4,09	20,99	139,01	0,13	0,11	10,81	37,04	1,1	0001 (№ 321)
126,1	Компот из смородины черной+	29,12	200	0,6	0,1	24,308	95,38	0,02	0,02	120	22,08	0,85	0001 (№ 375)
0,09	Хлеб ржаной+	1,8	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>126,89</b>	<b>750</b>	<b>36,202</b>	<b>15,36</b>	<b>70,218</b>	<b>563,848</b>	<b>0,407</b>	<b>0,418</b>	<b>158,55</b>	<b>167,728</b>	<b>7,213</b>	
<b>Полдник</b>													
0,14	Печенье+	5,55	50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472	0000
281	Кефир*+	20	200	5,8	5	8	100	0,078	0,344	1,4	240	0,2	
	<b>Итого:</b>	<b>25,55</b>	<b>250</b>	<b>7,48</b>	<b>7,655</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>													
180,1	Вареники ленивые+	52,31	170	20,967	20,207	29,693	385,475	0,085	0,34	0,283	185,413	1,105	0001 (№ 230)
183	Соус сметанный+	2,63	40	0,613	0,827	2,267	19,413	0,013	0,013	0,013	8,827	0,067	0001 (№ 354)
273	Напиток витаминный "Витошка"	10,15	200	0,34	0,18	31,29	133,12			1,28	8,64	2,08	0000
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	3,04	0,36	18,672	91,84	0,064	0,024		9,2	0,76	0000
	<b>Итого:</b>	<b>66,77</b>	<b>460</b>	<b>24,96</b>	<b>21,574</b>	<b>81,922</b>	<b>629,848</b>	<b>0,162</b>	<b>0,377</b>	<b>1,577</b>	<b>212,08</b>	<b>4,012</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>282,69</b>	<b>1 973,957</b>	<b>89,432</b>	<b>60,449</b>	<b>267,888</b>	<b>1 988,097</b>	<b>0,922</b>	<b>1,564</b>	<b>198,9</b>	<b>1 058,656</b>	<b>15,708</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 282,69 руб.  
Стоимость за 10: 229,66 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Датагаджиева И. И.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

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)

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

" УТВЕРЖДАЮ":

МАДОУ г. Нижневартовска ДС № 90

Селезнева М. А.

М. П.

5 апреля 2024 г.

Подпись



День: 5  
Неделя: 1  
Сезон: Весна-лето сад 2024 ( 3-7 лет)  
Возрастная категория: Сад корпус 2

**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., Нарец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
322	Каша ячневая молочная+	21,66	200	11,6	5,5	50,8	303,2	0,16	0,26	0,96	207,74	1,18	0001 (№ 168)
268	Бутерброды с маслом+	9,69	10/30	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62	0001 (№ 1)
36	Какао на молоке+	21,09	200	6,79	7,88	22,746	184,29	0,09	0,32	2,6	243,05	0,9	
	<b>Итого:</b>	<b>52,44</b>	<b>440</b>	<b>20,84</b>	<b>20,93</b>	<b>88,166</b>	<b>623,49</b>	<b>0,3</b>	<b>0,57</b>	<b>3,56</b>	<b>460,09</b>	<b>2,7</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>													
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	15,3	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15	8,4	0,54	0006 (№ блн(таб24))
80,1	Рассольник ленинградский+	3,35	170	1,618	3,488	25,5	84,66	0,056	0,045	4,794	14,28	0,632	0001 (№ 76)
220,1	Мясо для супа+	22,83	25	6,5	4,2		63,5	0,013	0,04		7,5	0,4	0001 (№ 273)
0,13	Сметана в суп+	2,52	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02	0000
222,2	Лук зеленый в суп+	1,8	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08	
250,2	Биточки+	35,93	80	12,9	7,8	7,8	152	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825	0001 (№ 282)
204,1	Гречка рассыпчатая+	3,74	130	7,817	2,028	39,511	187,295	0,208	0,113		16,943	3,978	0001 (№ 313)
0,01	Соль+	0,07	6								22,08	0,174	0000
123,2	Компот из свежих плодов груш+	9,75	200	0,16		12,104	50,24	0,006	0,001	0,86	15,94	0,98	
0,09	Хлеб ржаной+	1,8	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>97,09</b>	<b>734</b>	<b>33,326</b>	<b>19,066</b>	<b>104,715</b>	<b>649,585</b>	<b>0,483</b>	<b>0,389</b>	<b>26,816</b>	<b>161,643</b>	<b>9,679</b>	
<b>Полдник</b>													
37,1	Молоко кипяченое+	18,04	180	4,59	4,77	8,46	93,06	0,045	0,144	0,936	198,36	0,09	0001 (№ 400)
149,1	Ватрушка с повидлом+	6,28	70	5,18	2,22	49,51	217,46	0,093	0,058	0,07	18,57	1,37	
	<b>Итого:</b>	<b>24,32</b>	<b>250</b>	<b>9,77</b>	<b>6,99</b>	<b>57,97</b>	<b>310,52</b>	<b>0,138</b>	<b>0,202</b>	<b>1,006</b>	<b>216,93</b>	<b>1,46</b>	
<b>Ужин</b>													
225,1	Запеканка из печени с рисом+	23,83	80	13,532	4,032	11,2	135,268	0,076		8,148	10,568	1,712	
166,1	Картофельное пюре+	7,53	150	3,24	1,14	21,72	116,84						
325	Соус белый основной+	1,2	30	0,3	1,23	1,14	16,8	0,003	0,006		4,2	0,06	0001 (№ 347)
143,1	Напиток из плодов шиповника+	4,23	180	0,63		16,481	63,918	0,009	0,117	198	11,16	4,554	0001 (№ 398)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	2,28	0,27	14,004	68,88	0,048	0,018		6,9	0,57	0000
	<b>Итого:</b>	<b>38,05</b>	<b>470</b>	<b>19,982</b>	<b>6,672</b>	<b>64,545</b>	<b>401,806</b>	<b>0,136</b>	<b>0,141</b>	<b>206,148</b>	<b>32,828</b>	<b>6,896</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>230,23</b>	<b>1 994</b>	<b>85,418</b>	<b>63,768</b>	<b>336,396</b>	<b>2 072,701</b>	<b>1,077</b>	<b>1,362</b>	<b>246,63</b>	<b>869,491</b>	<b>21,235</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 230,23 руб.  
Стоимость за 10: 229,66 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Датагаджиева И. И.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

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)

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

**Селезнева  
Марина  
Анатольевна**

Подписано цифровой  
подписью: Селезнева  
Марина Анатольевна  
Дата: 2024.04.02 14:25:22  
+05'00'

День: 1  
Неделя: 2  
Сезон: Весна-лето ясли 2024 (от 1-3 лет)  
Возрастная категория: Ясли корпус 2

" 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			Минеральные вещества, мг			Сб. рец. №
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe		
<b>Завтрак</b>														
3,1	Каша рисовая молочная+	15,69	150	5,2	3,9	26,6	163,8	0,05	0,15	0,92	146,17	0,32		
35,1	Кафельный напиток+	17,71	180	2,027	1,28	11,425	61,781	0,053	0,203	0,928	190,784	0,489	0001 (№ 2)	
268	Бутерброды с маслом+	9,69	1000	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62	0001 (№ 2)	
	<b>Итого:</b>	<b>43,29</b>	<b>380</b>	<b>9,677</b>	<b>12,73</b>	<b>52,846</b>	<b>361,581</b>	<b>0,153</b>	<b>0,353</b>	<b>1,848</b>	<b>346,254</b>	<b>1,409</b>		
<b>Завтрак 2ой</b>														
0,04	Сок тыявенный+	3	100	0,375		9,07	35,985	0,015	0,015	0,9	9,745	0,15	0001 (№ 2)	
	<b>Итого:</b>	<b>3</b>	<b>100</b>	<b>0,375</b>		<b>9,07</b>	<b>35,985</b>	<b>0,015</b>	<b>0,015</b>	<b>0,9</b>	<b>9,745</b>	<b>0,15</b>		
<b>Обед</b>														
0,13	Сыпани я суп+	2,02	6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4		0000	
220,1	Мясо для супа+	14,88	10	2,6	1,7		25,7	0,005	0,015		3	0,15	0001 (№ 2)	
82,1	Суп крестьянский с крупой+	2,57	130	1,3	2,773	6,933	58,5	0,035	0,017	4,359	14,82	0,425	0002 (№ 1)	
478	Оладьи из печени (запеченные)	20,92	60	9,27	6,63	6,11	121	0,19	10,01	18,98	9,28	4,36		
212,2	Пелуся тушеная+	7,81	110	3,014	6,732	12,43	111,408	0,044	0,066	47,718	74,492	1,474	0001 (№ 3)	
0,01	Соль+	0,05	4								14,72	0,115	0000	
275	Компот из консервированных плодов+	0,56	150	0,12		23	93,3	0,012	0,024	1,8	6,3	0,33	0001 (№ 3)	
0,09	Молоко стерилизованное+	1,44	40	2,54	0,48	13,88	70,83	0,07	0,03		14	1,58	0000	
	<b>Итого:</b>	<b>47,25</b>	<b>410</b>	<b>19,124</b>	<b>18,915</b>	<b>62,333</b>	<b>487,518</b>	<b>0,356</b>	<b>10,162</b>	<b>72,887</b>	<b>142,012</b>	<b>8,415</b>		
<b>Вечерник</b>														
0,24	Йогурт+	16,5	180	9,868	2,961	6,908	92,368		0,058	1,184	244,737	0,197	0001 (№ 2)	
382,1	Сырная палочка+	15,79	60	7,388	21,972	29,892	347,04	0,082	0,082	0,132	116,854	0,708	0003	
	<b>Итого:</b>	<b>32,29</b>	<b>210</b>	<b>17,256</b>	<b>24,933</b>	<b>36,8</b>	<b>439,408</b>	<b>0,082</b>	<b>0,141</b>	<b>1,316</b>	<b>361,401</b>	<b>0,905</b>		
<b>Ужин</b>														
234,6	Рыба кета припущенная	43,84	60	10,218	5,899		94,44	0,222		0,997	15,157	0,425	0001 (№ 2)	
184,1	Картофель отварной+	5,15	120	2,388	2,82	18,408	114,828	0,112	0,079	9,895	12,016	1,008	0001 (№ 3)	
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду)+	3,67	40	0,8	1,92	3,04	32,32	0,016	0,032	0,112	23,968	0,054		
143,1	Напиток из плодов шиповника+	3,56	150	0,5		13,21	51,3	0,01	0,1	164,62	9,3	3,79	0001 (№ 3)	
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	1,98	0,38	10,26	53,1	0,003	0,003		16,5	1,17	0000	
	<b>Итого:</b>	<b>57,48</b>	<b>400</b>	<b>15,886</b>	<b>10,988</b>	<b>44,918</b>	<b>345,988</b>	<b>0,412</b>	<b>0,234</b>	<b>175,924</b>	<b>70,941</b>	<b>6,489</b>		
	<b>Итого за день:</b>	<b>183,31</b>	<b>1 570</b>	<b>62,299</b>	<b>67,587</b>	<b>205,957</b>	<b>1 870,481</b>	<b>1,018</b>	<b>10,934</b>	<b>252,885</b>	<b>930,352</b>	<b>17,394</b>		

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 183,31 руб.  
Стоимость за 10: 181,51 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Дата: \_\_\_\_\_ И. И.  
Врач(диететра): \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

- 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. Лалшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)
- 0003 - Технико-технологическая карта

День: 2  
Неделя: 2  
Сезон: Весна-лето ясли 2024 (от1-3лет)  
Возрастная категория: Ясли корпус 2



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>													
36,2	Яичко на молоке	17,21	160	3,691	3,307	14,927	104,245	0,064		2,08	192,313	0,192	0001 (№ 397)
0,25	Батон нарезной+	2,92	40	3,04	0,36	18,65	91,853	0,054	0,024		9,2	0,76	0000
0,42	Суп молочный с крупой (гречка)+	8,85	150	2,6	2,8	11	80,6	0,05	0,17	0,84	164,78	0,17	0001 (№ 94)
	<b>Итого:</b>	<b>28,98</b>	<b>350</b>	<b>9,331</b>	<b>6,467</b>	<b>44,607</b>	<b>276,699</b>	<b>0,178</b>	<b>0,194</b>	<b>2,92</b>	<b>366,343</b>	<b>1,122</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,33	Киви+	17,38	95	0,76	0,38	7,595	44,713	0,019	0,038	171	38	0,76	
	<b>Итого:</b>	<b>17,38</b>	<b>95</b>	<b>0,76</b>	<b>0,38</b>	<b>7,595</b>	<b>44,713</b>	<b>0,019</b>	<b>0,038</b>	<b>171</b>	<b>38</b>	<b>0,76</b>	
<b>Обед</b>													
60,2	Икра морковная+	4,46	40	1,1	3,7	5,8	57,3	0,02	0,02	3,31	17	0,76	0002 (№ 78)
73,1	Щи из свежей капусты+	2,82	130	1,04	2,513	3,727	40,993	0,017	0,017	7,237	22,811	0,347	0001 (№ 67)
222	Щелень в суп+	0,48	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	0006
220,1	Мясо для супа+	23,76	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	0001 (№ 273)
113,1	Хлебцы рыбные+	4,13	60	12,4	3,2	4,8	95,7	0,05	0,09	6,83	40,03	0,55	
105	Рис отварной+	7,47	110	2,673	2,392	25,795	154,33	0,022	0,014		3,881	0,383	0001 (№ 313)
273,4	Напиток лимонный	2,94	150	0,34		16,89	69,75	0,004		3,98	4,395	0,101	0002 (№ 599)
0,01	Соль+	0,05	4								14,72	0,116	0000
0,09	Хлеб ржаной+	1,44	40	2,64	0,48	13,58	70,83	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>47,55</b>	<b>556</b>	<b>25,443</b>	<b>16,295</b>	<b>70,872</b>	<b>540,903</b>	<b>0,193</b>	<b>0,242</b>	<b>20,367</b>	<b>133,567</b>	<b>4,177</b>	
<b>Полдник</b>													
340,8	Пирожки простые печеные с яблоками	4,04	50	2,857	1,229	23,757	117,143	0,057	0,029	0,171	10,143	0,814	
37,1	Молоко кипяченое+	17,01	170	4,42	4,533	6,047	88,173	0,045	0,181	0,884	173,831	0,079	0001 (№ 400)
	<b>Итого:</b>	<b>21,05</b>	<b>220</b>	<b>7,277</b>	<b>5,762</b>	<b>31,804</b>	<b>205,316</b>	<b>0,102</b>	<b>0,21</b>	<b>1,055</b>	<b>183,974</b>	<b>0,894</b>	
<b>Ужин</b>													
216,1	ТР № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) СБ 1994 г.	12,75	50	0,55	0,1	1,9	10,7	0,025	0,025	12,5	7	0,45	0006 (№ Б/н(таб24))
242,1	Макароник с сердцем+	32,48	160	14,498	7,311	31,532	249,846	0,111	1,206	4,455	24,615	4,886	0001 (№ 292)
0,03	Сок томатный+	9	150	1,2		4,5	21,89	0,01	0,04	11,84	20,99	1,35	0000
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	2,64	0,48	13,58	70,8	0,07	0,03		14	1,56	0000
	<b>Итого:</b>	<b>55,51</b>	<b>400</b>	<b>18,968</b>	<b>7,891</b>	<b>51,612</b>	<b>383,236</b>	<b>0,216</b>	<b>1,304</b>	<b>28,795</b>	<b>66,608</b>	<b>8,246</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>170,87</b>	<b>1 621</b>	<b>61,699</b>	<b>36,795</b>	<b>206,59</b>	<b>1 420,888</b>	<b>0,709</b>	<b>1,955</b>	<b>224,137</b>	<b>788,888</b>	<b>15,198</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 170,87 руб.  
Стоимость за 10: 181,51 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Дата: гад... И. И.  
Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /  
бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

- 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: 3  
Неделя: 2  
Сезон: Весна-лето ясли 2024 (от1-3лет)  
Возрастная категория: Ясли корпус 2



Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименования блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	Сб. рец. №реп.	
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С			
<b>Завтрак</b>													
3185 С7	Каша жидкая (пшениная с сахаром)	14,49	165	3,641	1,043	26,219	128,806	0,117	0,011		9,474	0,873	0001 (№ 185)
34	Чай с молоком+	7,02	165	1,707	1,707	13,287	75,083	0,011	0,084	0,394	80	0,949	0001 (№ 394)
100,2	Бутерброд с сыром+	12,25	205	5,04	6,99	14,86	188	0,05	0,06	0,07	108,1	0,68	0001 (№ 3)
	<b>Итого:</b>	<b>33,76</b>	<b>360,638</b>	<b>10,387</b>	<b>9,34</b>	<b>54,008</b>	<b>341,9</b>	<b>0,178</b>	<b>0,136</b>	<b>0,454</b>	<b>177,574</b>	<b>2,502</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,29	Яблоко+	13,26	95	0,038	0,038	9,31	40,546	0,018	0,019	158,75	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>158,75</b>	<b>15,2</b>	<b>2,09</b>	
<b>Обед</b>													
486	Салат «Витаминный»	5,39	30	0,33	2,529	1,973	31,943	0,011		1,813	6,135	0,179	
253,2	Суп картофельный с овощами+	3,54	130	1,785	2,479	11,865	76,96	0,057		5,996	13,277	0,541	
300,2	Клецки+	1,47	15	0,874	0,83	3,612	25,434	0,012	0,021		10,329	0,095	0001 (№ 120)
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	Буфля из кур с рисом+	25,24	80	8,25	7,417	10	140,833	0,085	0,087	0,088	21,983	0,742	
212,1	Кефаль тушеная+	10,42	130	3,575	7,969	14,877	131,664	0,082	0,078	58,381	88,085	1,755	
132	Рисель из кураги+	6,8	150	0,8		29,004	123,74		0,02	0,3	18,49	0,45	0001 (№ 380)
0,09	Хлеб ржаной+	1,44	40	2,84	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,88	0000
0,01	Соль+	0,05	4								14,72	0,118	0000
	<b>Итого:</b>	<b>54,83</b>	<b>551</b>	<b>18,304</b>	<b>21,712</b>	<b>84,89</b>	<b>602,004</b>	<b>0,227</b>	<b>0,226</b>	<b>89,297</b>	<b>198,121</b>	<b>5,518</b>	
<b>Волдник</b>													
334	Плюшка новгородская+	5,02	60	4,1	3,6	32,65	180	0,086		0,031	18,1	0,66	0003 (№ 334)
281,1	Ряженка+	10,65	150	4,35	3,75	8,3	76	0,03	0,02	0,45	186	0,15	0001 (№ 401)
	<b>Итого:</b>	<b>15,67</b>	<b>210</b>	<b>8,45</b>	<b>7,35</b>	<b>38,95</b>	<b>256</b>	<b>0,116</b>	<b>0,02</b>	<b>0,481</b>	<b>204,1</b>	<b>0,81</b>	
<b>Ужин</b>													
0,3	Яйцо отварное+	0,72	60	7,512	6,804	0,414	92,94	0,005	0,02				0001 (№ 213)
319,1	Рулет картофельный с овощами+	15,72	160	4,843	9,269	26,24	208	0,206	0,206	30,512	45,376	2,24	
0,04	Сок тыквенный+	3,38	150	0,583		13,606	53,948	0,083	0,023	1,35	14,618	0,225	0001 (№ 399)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,083	0,023		10,5	1,17	0000
	<b>Итого:</b>	<b>21,08</b>	<b>400</b>	<b>14,897</b>	<b>16,433</b>	<b>50,518</b>	<b>407,988</b>	<b>0,286</b>	<b>0,271</b>	<b>31,862</b>	<b>70,494</b>	<b>3,635</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>138,6</b>	<b>1 616,638</b>	<b>52,077</b>	<b>54,873</b>	<b>237,675</b>	<b>1 648,437</b>	<b>0,885</b>	<b>0,871</b>	<b>258,844</b>	<b>685,488</b>	<b>14,555</b>	

Стоимость рациона: руб  
Стоимость по плану: 138,6 руб.  
Стоимость за 10: 181,51 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Дата: 10.09.2024 г. И. И.

Врач(диетист): \_\_\_\_\_ /

бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

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)

0003 - Технико-технологическая карта

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

День: 4  
 Неделя: 2  
 Сезон: Весна-лето ясли 2024 (от1-3лет)  
 Возрастная категория: Ясли корпус 2



### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прим. наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины ИУГ			Минеральные вещества		Сб. рец. Номер
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	Ca	Fe		
<b>Завтрак</b>													
150,1	Суфле творожное+	38,22	120	17,2	9,2	17,8	218,8	0,06	0,26	0,02	18,51	0,06	0002 (№ 395)
	Соус молочный (сладкий)+	2,91	30	0,6	1,2	4,5	20		0,03	0,09	18,51	0,06	0001 (№ 351)
35,1	Шоколадный напиток+	16,6	150	1,9	1,2	10,712	57,92	0,05	0,19	0,87	178,88	0,44	0001 (№ 395)
0,25	Батон нарезной+	3,85	50	3,8	0,45	23,35	114,817	0,08	0,03		11,5	0,85	0006
	<b>Итого:</b>	<b>61,38</b>	<b>350</b>	<b>23,5</b>	<b>12,05</b>	<b>56,382</b>	<b>421,537</b>	<b>0,19</b>	<b>0,51</b>	<b>1,28</b>	<b>384,37</b>	<b>2,11</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,23	Груша+	22,22	100	0,4	0,029	9,5	40,549	0,02	0,029	5	19	2,3	0000
	<b>Итого:</b>	<b>22,22</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,029</b>	<b>9,5</b>	<b>40,549</b>	<b>0,02</b>	<b>0,029</b>	<b>5</b>	<b>19</b>	<b>2,3</b>	
<b>Обед</b>													
87,1	Борщ с картофелем+	2,92	150	1,153	2,617	8,051	80,935	0,035	0,035	3,857	18,527	0,857	
0,13	Сметана в суп+	1,34	4	0,12	0,4	0,12	4,52			0,027	3,8		0000
220,1	Мясо для супа+	23,76	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	0001 (№ 273)
222	Зелень в суп+	0,48	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	0005
234,6	Рыба хека пригущенная	43,84	60	10,218	5,889		94,44	0,222		0,957	15,157	0,425	0001 (№ 245)
184,2	Картофельное пюре+	8,37	110	2,332	2,992	16,389	101,537	0,095	0,08	7,927	27,158	0,803	0001 (№ 308)
183	Соус сметанный+	1,31	20	0,32	0,4	1,12	9,58		0,008	0,008	4,416	0,032	0001 (№ 354)
140,2	Напиток из груш++	4,79	150	0,1	0,1	10,818	40,38	0,01		30,92	3,36	0,47	0003 (№ 701)
0,09	Хлеб ржаной+	1,44	40	2,84	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,58	0000
	<b>Итого:</b>	<b>88,25</b>	<b>536</b>	<b>22,133</b>	<b>16,289</b>	<b>48,258</b>	<b>434,722</b>	<b>0,441</b>	<b>0,183</b>	<b>48,735</b>	<b>101,369</b>	<b>4,337</b>	
<b>Полдник</b>													
0,18	Вафли+	4,98	30	0,72	0,63	18	78,12	0,008	0,003		2,25	0,135	0000
37,1	Шоколад кипячбннос+	18,01	180	4,68	4,8	8,52	93,36	0,248	0,192	0,936	184,056	0,084	0001 (№ 400)
	<b>Итого:</b>	<b>22,99</b>	<b>210</b>	<b>5,4</b>	<b>5,43</b>	<b>26,52</b>	<b>171,48</b>	<b>0,256</b>	<b>0,195</b>	<b>0,936</b>	<b>186,316</b>	<b>0,219</b>	
<b>Ужин</b>													
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду)+	2,75	30	0,6	1,44	2,28	24,24	0,012	0,024	0,084	17,976	0,048	
171,1	Запеканка овощная+	19,15	150	6,511	7,293	38,051	234,713	0,177	0,182	20,71	77,305	2,128	
0,1	Хлеб пшеничный+	0,84	20	1,32	0,24	8,84	35,4	0,035	0,016		7	0,78	0000
133	Хмель из плодов шиповника+	3,47	180	0,024		22,212	94,2		0,036	31,68	7,872	1,68	0001 (№ 381)
	<b>Итого:</b>	<b>26,21</b>	<b>420</b>	<b>8,485</b>	<b>8,983</b>	<b>69,383</b>	<b>389,813</b>	<b>0,224</b>	<b>0,237</b>	<b>52,474</b>	<b>110,183</b>	<b>4,888</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>221,05</b>	<b>1 816</b>	<b>59,888</b>	<b>42,761</b>	<b>211,023</b>	<b>1 486 842</b>	<b>0,931</b>	<b>1,164</b>	<b>108 425</b>	<b>781,188</b>	<b>13,802</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 221,05 руб.  
 Стоимость за 10: 181,51 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Дата: г. \_\_\_\_\_ И. И. \_\_\_\_\_  
 Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /  
 бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Панина Л. П. \_\_\_\_\_

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



**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>												
15,1	Сметан. натуральный+	13,33	180	13	13,433	2,6	182	0,065	0,368	0,195	98,733	2,08	0001 (№ 215)
271,1	ТК № 271.1 Кукуруза консервир. порц. (без номера) СБ 1994 г	8,52	30	0,66	0,12	3,36	17,4	0,008	0,015	1,44	1,5	0,12	0006 (№ Б/Н(таб24))
0,25	Батон нарезной+	2,19	30	2,28	0,27	14,01	68,89	0,048	0,018		8,9	0,57	0000
32,1	Чай+	0,48	180	0,72	0,24	0,12	5,04		0,036	0,36	17,808	2,452	0001 (№ 391)
	<b>Итого:</b>	<b>24,52</b>	<b>370</b>	<b>16,66</b>	<b>14,063</b>	<b>20,09</b>	<b>273,33</b>	<b>0,121</b>	<b>0,437</b>	<b>1,995</b>	<b>118,041</b>	<b>5,722</b>	
	<b>Завтрак 2ой</b>												
0,29	Яблоко+	13,96	100	0,04	0,04	9,8	42,88	0,029	0,02	165	16	2,2	0000
	<b>Итого:</b>	<b>13,96</b>	<b>100</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>9,8</b>	<b>42,88</b>	<b>0,029</b>	<b>0,02</b>	<b>165</b>	<b>16</b>	<b>2,2</b>	
	<b>Обед</b>												
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) СБ 1994 г	10,2	40	0,44	0,08	1,52	8,56	0,02	0,02	10	5,6	0,36	0006 (№ Б/Н(таб24))
79,1	Рассольник домашний+	2,75	130	1,213	2,687	7,54	60,233	0,043	0,035	5,711	15,574	0,529	
0,13	Сметана в суп+	1,34	4	0,12	0,4	0,12	4,52			0,027	3,6		0000
220,1	Мясо для супа+	17,82	15	3,5	2,55		36,55	0,006	0,023		4,5	0,225	0001 (№ 273)
222,2	Лук зеленый в суп+	0,72	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	
106,1	Рис припущенный+	4,48	110	2,53	2,475	25,025	145,211	0,033	0,019		3,533	0,349	0001 (№ 316)
218,1	Суфле из говядины+	40,34	60	15,15	4,33	2	107,39	0,06	0,16	0,06	24,31	1,48	
528	Соус красный основной+	0,6	20	0,217	0,419	1,199	9,572	0,005	0,004	0,94	0,704	0,061	
203,1	Напиток брусничный+	8,31	150	0,1		18,7	71,3			1,12	7,11	0,12	0003 (№ 203.1)
0,09	Хлеб ржаной+	1,44	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		4	1,56	0000
0,01	Соль+	0,05	4								14,72	0,116	0000
	<b>Итого:</b>	<b>88,05</b>	<b>575</b>	<b>26,361</b>	<b>13,431</b>	<b>69,854</b>	<b>516,843</b>	<b>0,239</b>	<b>0,3</b>	<b>22,858</b>	<b>104,821</b>	<b>4,88</b>	
	<b>Полдник</b>												
281	Кефир+	15	150	4,35	3,75	6	75	0,06	0,26	1,05	180	0,15	
351	Пирожки сладкие печенье с сердцем	14,68	50	7,129	4,429	15,229	129,229	0,047	0,071	1,8	9,586	2,257	0001 (№ 453,454)
	<b>Итого:</b>	<b>29,68</b>	<b>200</b>	<b>11,479</b>	<b>8,179</b>	<b>21,229</b>	<b>204,229</b>	<b>0,107</b>	<b>0,331</b>	<b>2,85</b>	<b>189,586</b>	<b>2,407</b>	
	<b>Ужин</b>												
246,3	Рыба горбуша, запеченная с картофелем по-русски+	31,96	190	21,407	16,061	10,526	272,65	0,285		12,825	51,528	1,586	0001 (№ 254)
0,44	Сок фруктовый	86,4	180	0,54		24,828	95,504	0,036	0,012	3,6	32,338	0,72	0000
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,053	0,023		10,5	1,17	0000
	<b>Итого:</b>	<b>119,62</b>	<b>400</b>	<b>23,927</b>	<b>16,421</b>	<b>45,614</b>	<b>422,254</b>	<b>0,374</b>	<b>0,035</b>	<b>16,425</b>	<b>64,416</b>	<b>3,476</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>275,83</b>	<b>1 645</b>	<b>78,466</b>	<b>52,134</b>	<b>166,596</b>	<b>1 459,336</b>	<b>0,869</b>	<b>1,123</b>	<b>209,128</b>	<b>619,864</b>	<b>18,615</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 275,83 руб.  
 Стоимость за 10: 181,51 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Датагаджиева И. И.  
 Врач(диететра): \_\_\_\_\_ /  
 бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

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)

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 Весна-лето сад 2024 (3-7 лет)  
Возрастная категория Дети сад

УТВЕРЖДАЮ  
МАДОУ г. Москва № 90



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	Са	Фосфор		
<b>Завтрак</b>													
17,3	Суп молочный с крупой (геркулес)++	11,4	200	3,5	3,7	14,6	107,5	0,06	0,23	1,11	0,22		
34	Чай с молоком+	5,91	200	1,9	1,9	14,8	83,9	0,02	0,08	0,48	75	1,19	0001 (№ 394)
268	Бутерброды с маслом+	9,69	10/30	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62	0001 (№ 1)
	<b>Итого:</b>	<b>27</b>	<b>440</b>	<b>7,85</b>	<b>13,15</b>	<b>44,02</b>	<b>327,4</b>	<b>0,13</b>	<b>0,34</b>	<b>1,59</b>	<b>304,12</b>	<b>2,03</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,44	Сок фруктовый	4,3	100	0,5	0,1	13,8	53,64	0,02	0,01	2	20	0,4	0000
	<b>Итого:</b>	<b>4,3</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>13,8</b>	<b>53,64</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	<b>0,4</b>	
<b>Обед</b>													
528	Суп красный основной+	1,2	40	0,435	0,839	2,398	19,144	0,01	0,008	1,88	1,408	0,122	
82,1	Суп крестьянский с крупой+	3,16	170	1,7	3,604	9,044	76,5	0,041	0,02	5,698	19,38	0,558	0002 (№ 134)
220,1	Мясо для супа+	14,44	15	3,9	2,52		38,1	0,008	0,024		4,5	0,24	0001 (№ 273)
311,1	ТК № 311 1 Томаты консервированные порциями (без номера) Сб 1994 г	14,4	60	0,66	0,06	2,1	11,58	0,01	0,01	9	6	0,48	0006 (№ Б/Н(та624))
0,13	Сметана в суп+	2,52	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02	0000
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08	0006
478	Оладьи из печени (запеченные)	31,06	80	12,37	8,82	6,13	161	0,25	13,21	25,31	12,35	5,82	
212,1	Капуста тушеная+	10,67	150	4,12	9,19	16,94	151,92	0,06	0,09	65,06	101,58	2,02	
0,01	Соль+	0,07	6								22,08	0,174	0000
275	Компот из консервированных плодов+	0,57	180	0,144		27,301	110,763	0,014	0,029	2,16	7,551	0,395	0001 (№ 377)
0,09	Хлеб ржаной+	1,8	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>81,08</b>	<b>764</b>	<b>26,998</b>	<b>26,463</b>	<b>83,433</b>	<b>668,057</b>	<b>0,483</b>	<b>13,461</b>	<b>114,158</b>	<b>210,699</b>	<b>11,859</b>	
<b>Полдник</b>													
0,24	Йогурт+	19,8	180	11,842	3,553	8,289	110,842		0,07	1,421	293,684	0,237	0001 (№ 401)
302,1	Сырная палочка+	18,24	70	8,596	25,834	34,874	404,88	0,096	0,096	0,154	136,108	0,824	0003
	<b>Итого:</b>	<b>38,04</b>	<b>250</b>	<b>20,438</b>	<b>29,187</b>	<b>43,163</b>	<b>516,722</b>	<b>0,096</b>	<b>0,166</b>	<b>1,575</b>	<b>429,792</b>	<b>1,061</b>	
<b>Ужин</b>													
164,1	Картофель отварной+	5,96	150	2,98	3,52	23,01	143,54	0,14	0,1	12,37	15,02	1,26	0001 (№ 318)
256,1	Рыба треска тушеная с овощами+	18,9	80	7,66	3,85	2,2	74	0,05	0,04	1,96	22,1	0,47	
139,1	Напиток клюквенный+	7,67	180	0,09		18,817	71,289	0,009	0,009	3,375	3,582	0,198	0002 (№ 700)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	3,04	0,36	18,672	91,84	0,064	0,024		9,2	0,76	0000
	<b>Итого:</b>	<b>34,21</b>	<b>450</b>	<b>13,77</b>	<b>7,73</b>	<b>62,699</b>	<b>380,669</b>	<b>0,263</b>	<b>0,173</b>	<b>17,705</b>	<b>49,902</b>	<b>2,688</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>184,64</b>	<b>2 004</b>	<b>69,557</b>	<b>76,63</b>	<b>247,115</b>	<b>1 945,488</b>	<b>0,992</b>	<b>14,15</b>	<b>137,028</b>	<b>1 014,513</b>	<b>18,038</b>	

Стоимость рациона руб  
Стоимость по плану 184,64 руб  
Стоимость за 10 229,19 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 - 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: 2  
Неделя: 2  
Сезон: Весна-лето сад 2024 (3-7 лет)  
Возрастная категория: Сад корлус 2



### 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
<b>Завтрак</b>													
6,1	Маша манная молочная+	17,95	200	7,9	5,2	34,4	217,8	0,08	0,21	0,96	198,4	0,43	0001 (№ 185)
1,1	Молоко+	3,75	5	0,04	3,825	0,065	33,03		0,005		1,2	0,01	
35,1	Сладкий напиток+	22,48	190	2,375	1,52	13,6	73,397	0,057	0,238	1,093	38,817	0,581	0001 (№ 395)
266	Бутерброды с сыром+	7,61	30/5/20	2,51	3,93	28,88	161	0,05	0,03	0,48	10,5	0,69	0002 (№ 1)
	<b>Итого:</b>	<b>81,79</b>	<b>480</b>	<b>12,828</b>	<b>14,275</b>	<b>76,845</b>	<b>488,227</b>	<b>0,187</b>	<b>0,483</b>	<b>2,533</b>	<b>248,917</b>	<b>1,891</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,33	Молоко+	18,29	100	0,8	0,4	8,1	47	0,02	0,04	1,80	40	0,8	
	<b>Итого:</b>	<b>18,29</b>	<b>100</b>	<b>0,8</b>	<b>0,4</b>	<b>8,1</b>	<b>47</b>	<b>0,02</b>	<b>0,04</b>	<b>1,80</b>	<b>40</b>	<b>0,8</b>	
<b>Обед</b>													
0,13	Мясная в суп+	2,52	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02	0000
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без кожуры) Сб. 1994 г.	15,3	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15	8,4	0,54	0006 (№ 6/н(таб24))
220,1	Мясо для супа+	9,13	10	2,6	1,68		25,4	0,085	0,016		3	0,18	0001 (№ 273)
73,1	Щи из свежей капусты+	3,54	170	1,36	3,318	4,848	53,638	0,022	0,022	9,463	29,829	0,449	0001 (№ 67)
222	Мясная в суп+	0,48	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,48	0,022	0006
113,1	Мясные рыбные+	6,25	80	16,5	4,3	6,4	127,5	0,07	0,12	1,11	53,37	0,73	
104,2	Картофельное пюре+	11,3	150	3,18	4,09	20,99	139,01	0,13	0,11	10,81	37,04	1,1	0001 (№ 385)
0,01	Соль+	0,07	6								22,08	0,174	0000
128	Смолот из смеси сухофруктов	2,7	180	1,35		39,785	156,114	0,018	0,072	2,25	52,11	1,404	0001 (№ 376)
0,09	Хлеб ржаной+	1,8	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>83,09</b>	<b>716</b>	<b>28,342</b>	<b>14,92</b>	<b>91,704</b>	<b>612,682</b>	<b>0,376</b>	<b>0,486</b>	<b>40,682</b>	<b>234,989</b>	<b>6,889</b>	
<b>Вечерний</b>													
334	Плюшка новомосковская+	4,66	50	3,416	3	27,207	150	0,072		0,026	15,079	0,543	0003 (№ 334)
37,1	Молоко кипяченое+	20,05	280	5,1	5,3	9,4	188,4	0,85	0,16	1,84	280,4	0,1	0001 (№ 488)
	<b>Итого:</b>	<b>24,71</b>	<b>280</b>	<b>8,516</b>	<b>8,3</b>	<b>36,607</b>	<b>288,4</b>	<b>0,122</b>	<b>0,16</b>	<b>1,088</b>	<b>295,479</b>	<b>0,643</b>	
<b>Ужин</b>													
325	Шус белый овсяной+	1,2	30	0,3	1,23	1,14	16,8	0,008	0,008		4,2	0,06	0001 (№ 347)
242,1	Мясорубка с вареным+	37,05	180	16,256	8,336	35,336	281,25	0,124	1,316	4,939	27,338	5,479	0001 (№ 292)
0,03	Сок томатный+	8	280	1,6		6	29,2	0,02	0,05	15,8	28	1,8	0000
0,1	Хлеб пшеничный+	2,1	50	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,08		11,5	0,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>48,38</b>	<b>460</b>	<b>21,988</b>	<b>10,016</b>	<b>65,816</b>	<b>442,85</b>	<b>0,227</b>	<b>1,448</b>	<b>20,799</b>	<b>71,888</b>	<b>8,289</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>188,23</b>	<b>1 976</b>	<b>73,44</b>	<b>47,912</b>	<b>279,172</b>	<b>1 840,329</b>	<b>0,982</b>	<b>2,619</b>	<b>245,02</b>	<b>880,482</b>	<b>17,981</b>	

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 196,23 руб.  
Стоимость за 10: 229,66 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Датагаджиева И. И.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

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 3  
Неделя: 2  
Сезон: Весна-лето сад 2024 (3-7 лет)  
Возрастная категория: Сад корпус 2



### 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	В	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>													
18,1	Суп молочный с макаронными изделиями+	11,66	200	4,3	3,8	16,1	118,3	0,08	0,21	0,98	195,54	0,32	0002 (№ 160)
100,2	Бутерброд с сыром+	13,2	24/4/12,768	5,72	6,416	15,512	142,4	0,056	0,072	0,088	128,32	0,736	0001 (№ 3)
36	Кавказ на молоке+	21,3	200	6,78	7,88	22,746	184,28	0,09	0,32	2,6	243,05	0,9	
	<b>Итого:</b>	<b>46,16</b>	<b>440,768</b>	<b>16,81</b>	<b>16,096</b>	<b>54,358</b>	<b>444,99</b>	<b>0,226</b>	<b>0,602</b>	<b>3,668</b>	<b>566,91</b>	<b>1,956</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,23	Груше+	22,22	100	0,4	0,03	9,5	40,55	0,02	0,03	5	19	2,3	0000
	<b>Итого:</b>	<b>22,22</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,03</b>	<b>9,5</b>	<b>40,55</b>	<b>0,02</b>	<b>0,03</b>	<b>5</b>	<b>19</b>	<b>2,3</b>	
<b>Обед</b>													
253,2	Суп картофельный с клецками+	3,89	150	2,064	2,862	13,686	88,8	0,066		6,918	15,324	0,624	0001 (№ 85)
300,2	Клецки+	2,12	25	1,461	1,383	6,044	42,502	0,02	0,034		17,221	0,159	0001 (№ 120)
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08	0006
118,1	Суфле из кур с рисом+	29,75	70	11,463	10,413	13,913	197,138	0,044	0,096	0,018	30,774	1,041	
212,1	Калуста тушеная+	10,67	150	4,12	9,19	16,94	151,92	0,06	0,09	65,06	101,58	2,02	
325	Бюс белый основной+	1,41	35	0,35	1,435	1,33	19,6	0,004	0,007		4,9	0,07	0001 (№ 347)
128	Компот из смеси сухофруктов	3	200	1,5		44,206	173,46	0,02	0,08	2,5	57,9	1,58	0001 (№ 378)
0,09	Хлеб ржаной+	1,8	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
0,01	Соль+	0,07	6								22,08	0,174	0000
	<b>Итого:</b>	<b>53,91</b>	<b>691</b>	<b>24,388</b>	<b>25,913</b>	<b>113,419</b>	<b>763,43</b>	<b>0,303</b>	<b>0,357</b>	<b>79,498</b>	<b>278,429</b>	<b>7,578</b>	
<b>Полдник</b>													
151,2	Булочки с изюмом+	5,52	50	5,031	4,506	32	169,725	0,094	0,081	0,113	39,836	1,113	0003 (№ 6/н)
281,1	Ряженка*+	14,2	200	5,8	5	8,4	102,222	0,044	0,026	0,6	248	0,2	0001 (№ 401)
	<b>Итого:</b>	<b>19,72</b>	<b>250</b>	<b>10,831</b>	<b>9,606</b>	<b>40,4</b>	<b>271,947</b>	<b>0,138</b>	<b>0,107</b>	<b>0,713</b>	<b>287,836</b>	<b>1,313</b>	
<b>Ужин</b>													
0,3	Яйцо отварное+	0,36	30	3,756	3,402	0,207	46,47	0,002	0,01				0001 (№ 213)
319,1	Рулет картофельный с овощами+	18,14	200	6,05	11,58	32,8	260	0,257	0,257	38,14	56,72	2,8	
481	Кисель из брусники	10,15	200	0,12	0,08	14,798	60,46			3	8,84	0,15	
0,1	Хлеб пшеничный+	1,28	30	2,28	0,27	14,004	68,88	0,048	0,018		6,9	0,57	0000
	<b>Итого:</b>	<b>29,91</b>	<b>460</b>	<b>12,208</b>	<b>16,332</b>	<b>61,809</b>	<b>436,81</b>	<b>0,307</b>	<b>0,285</b>	<b>41,14</b>	<b>72,46</b>	<b>3,52</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>171,92</b>	<b>1 941,768</b>	<b>64,835</b>	<b>68,877</b>	<b>279,485</b>	<b>1 956,727</b>	<b>0,995</b>	<b>1,381</b>	<b>130,016</b>	<b>1 224,634</b>	<b>16,787</b>	

Стоимость рациона: руб  
Стоимость по плану: 171,92 руб  
Стоимость за 10: 229,66 руб

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Датагаджиева И. И.  
Врач(диетолог): \_\_\_\_\_ /  
бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

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 высших учебных заведениях» (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)

" УТВЕРЖДАЮ:"

МАДОУ г. Нижневартовска ДС № 90

"Айбелит"

Селезнева М. А.

М. П. 11 апреля 2024 г.

Подпись



День: 4  
Неделя: 2  
Сезон: Весна-лето сад 2024 (3-7 лет)  
Возрастная категория: Сад корпус 2

**Примерное двухнедельное цикличное 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		В1	В2	С	Са	Fe	
<b>Завтрак</b>													
16,1	Сырники из творога+	54,87	150	11,1	5,3	13,9	142,5	0,09	0,36	0,33	244,28	1,05	0001 (№ 251)
184,1	Соус абрикосовый+	2	25	0,2		16,5	63,2		0,01	6,05	4,65	0,13	0001 (№ 388)
35,1	Кофейный напиток+	23,66	200	2,5	1,6	14,316	77,26	0,06	0,25	1,15	40,86	0,59	0001 (№ 395)
268	Бутерброды с маслом+	9,69	10/30	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62	0001 (№ 1)
	<b>Итого:</b>	<b>90,22</b>	<b>415</b>	<b>16,28</b>	<b>14,46</b>	<b>69,336</b>	<b>418,96</b>	<b>0,2</b>	<b>0,65</b>	<b>1,53</b>	<b>288,6</b>	<b>2,38</b>	
<b>Завтрак 2ой</b>													
0,21	Мандарины+	28,73	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	0,03	38	35	0,1	0000
	<b>Итого:</b>	<b>28,73</b>	<b>100</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>7,5</b>	<b>38</b>	<b>0,06</b>	<b>0,03</b>	<b>38</b>	<b>35</b>	<b>0,1</b>	
<b>Обед</b>													
271,1	Консервированная кукуруза порциями+	17	60	1,116	0,226	8,432	40	0,012	0,012	2,88	3	0,24	0000
67,1	Борщ с картофелем+	3,88	170	1,51	3,42	10,526	79,682	0,041	0,041	5,046	21,61	0,87	0001 (№ 58)
0,13	Сметана в суп+	2,52	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02	0000
220,1	Мясо для супа+	13,7	15	3,9	2,52		38,1	0,008	0,024		4,5	0,24	0001 (№ 273)
222	Зелень в суп+	0,48	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,46	0,032	0008
234,3	Рыба горбуша припущенная+	37,38	80	12,3	3,9		84	0,12	0,096	0,054	12	0,036	0001 (№ 245)
108,1	Рис припущенный+	7,7	130	3,033	2,947	29,64	171,687	0,026	0,017		4,203	0,416	0001 (№ 316)
123,4	Компот из плодов сушеных+	8	200	1,5		39,216	153,56						0001 (№ 376)
0,09	Хлеб ржаной+	1,8	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>92,46</b>	<b>716</b>	<b>26,961</b>	<b>14,425</b>	<b>106,214</b>	<b>666,179</b>	<b>0,297</b>	<b>0,264</b>	<b>16,03</b>	<b>74,474</b>	<b>3,804</b>	
<b>Полдник</b>													
0,14	Печенье+	5,55	50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		8,52	0,472	0000
37,1	Молоко кипяченое+	20,05	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1	0001 (№ 400)
	<b>Итого:</b>	<b>25,6</b>	<b>250</b>	<b>6,78</b>	<b>7,955</b>	<b>26,14</b>	<b>201,09</b>	<b>0,067</b>	<b>0,172</b>	<b>1,04</b>	<b>228,92</b>	<b>0,572</b>	
<b>Ужин</b>													
215,1	ТК № 216.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	10,17	50	0,4	0,05	1,25	7,05	0,017	0,017	5	11,5	0,3	0006 (№ блн(таб24))
171,1	Валекана овощная+	13,59	190	6,508	7,277	38,048	234,717	0,181	0,152	20,71	77,302	2,128	
133	Желе из плодов шиповника+	3,49	180	0,27		22,781	96,678		0,036	31,68	7,875	1,674	0001 (№ 381)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	3,04	0,36	18,872	91,84	0,064	0,024		9,2	0,76	0000
	<b>Итого:</b>	<b>28,93</b>	<b>460</b>	<b>10,217</b>	<b>7,687</b>	<b>80,75</b>	<b>430,284</b>	<b>0,261</b>	<b>0,228</b>	<b>57,39</b>	<b>108,878</b>	<b>4,862</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>266,94</b>	<b>1 940</b>	<b>60,998</b>	<b>44,717</b>	<b>278,941</b>	<b>1 763,514</b>	<b>0,885</b>	<b>1,335</b>	<b>107,99</b>	<b>711,87</b>	<b>11,728</b>	

Стоимость рациона: руб  
Стоимость по плану: 266,94 руб.  
Стоимость за 10: 229,66 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Датагаджиева И. И.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

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. Тутальна, изд. 2011 г., Москва, Деги принт)

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



День: 5  
 Неделя: 2  
 Сезон: Весна-лето сад 2024 (3-7 лет)  
 Возрастная категория: Сад корпус 2

**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>													
15,1	Омлет натуральный+	14,9	140	14	14,35	2,8	195,65	0,07	0,385	0,21	88,48	2,24	0001 (№ 215)
312,2	ТК № 312.2 Икра ябачковая консервир. порц. (без номера) СБ, 1994 г.	7,58	60	1,14	5,34	4,62	71,1	0,01	0,03	4,2	24,6	0,42	0006 (№ б/н(таб24))
	0,25	Батон нарезной+	2,92	40	3,04	0,36	18,68	0,064	0,024		9,2	0,76	0000
34,1	Чай с лимоном+	2,97	200	0,22	0,1	14,58	59	0,003	0,003	2,9	8,2	0,907	0001 (№ 393)
	<b>Итого:</b>	<b>28,37</b>	<b>440</b>	<b>18,4</b>	<b>20,15</b>	<b>40,68</b>	<b>417,614</b>	<b>0,147</b>	<b>0,442</b>	<b>7,31</b>	<b>137,48</b>	<b>4,327</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>166</b>	<b>16</b>	<b>2,2</b>	
<b>Обед</b>													
64,1	Салат из свеклы+	2,48	80	0,8	2,6	7,5	56,7	0,01	0,02	2,37	18,8	0,76	0001 (№ 33)
79,1	Рассольник домашний+	3,6	170	1,53	3,488	9,948	82,62	0,056	0,045	7,468	20,366	0,691	
0,13	Сметана в суп+	2,52	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02	0000
222,2	Лук зеленый в суп+	0,72	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,46	0,032	
220,1	Мясо для супа+	18,26	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32	0001 (№ 273)
218,1	Суфле из говядины+	47,13	70	17,64	5,04	2,328	125,055	0,07	0,184	0,07	28,306	1,724	
528	Соус красный основной+	0,75	25	0,272	0,524	1,499	11,965	0,006	0,005	1,175	0,88	0,076	
330,1	Горох отварной+	11,49	150	12,804	4,074	29,25	205,5	0,567	0,567		89,925	4,815	0002 (№ 514)
273	Напиток витаминный "Виташка"	9,14	180	0,306	0,162	28,161	119,808			1,152	7,776	1,872	0000
0,09	Хлеб ржаной+	1,8	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	0000
0,01	Соль+	0,07	6								22,08	0,174	0000
	<b>Итого:</b>	<b>97,98</b>	<b>741</b>	<b>42,144</b>	<b>20,661</b>	<b>98,088</b>	<b>750,598</b>	<b>0,81</b>	<b>0,917</b>	<b>14,285</b>	<b>224,293</b>	<b>12,434</b>	
<b>Полдник</b>													
351	Пирожки сдобные печеные с сердцем	15,09	60	7,72	4,96	20,4	157,13	0,061	0,08	1,75	11,63	2,33	0001 (№ 453,454)
281	Кефир+	19	190	5,51	4,75	7,6	95	0,074	0,327	1,33	228	0,19	
	<b>Итого:</b>	<b>34,08</b>	<b>260</b>	<b>13,23</b>	<b>9,71</b>	<b>28</b>	<b>252,13</b>	<b>0,135</b>	<b>0,407</b>	<b>3,08</b>	<b>239,63</b>	<b>2,52</b>	
<b>Ужин</b>													
246,3	Рыба горбуша, запеченная с картофелем по - русски+	33,64	200	22,53	16,91	11,08	287	0,3		13,5	54,24	1,67	0001 (№ 254)
0,44	Сок фруктовый	8,6	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8	0000
0,1	Хлеб пшеничный+	2,1	50	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,03		11,5	0,95	0000
	<b>Итого:</b>	<b>44,34</b>	<b>450</b>	<b>27,33</b>	<b>17,56</b>	<b>62,02</b>	<b>509,08</b>	<b>0,42</b>	<b>0,05</b>	<b>17,5</b>	<b>105,74</b>	<b>3,42</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>217,26</b>	<b>1 981</b>	<b>101,144</b>	<b>68,121</b>	<b>236,586</b>	<b>1 972,102</b>	<b>1,542</b>	<b>1,836</b>	<b>207,176</b>	<b>723,143</b>	<b>24,901</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 217,26 руб.  
 Стоимость за 10: 229,66 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Датагаджиева И. И.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Паскина Л. П.

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)