

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		B1	B2	С			Fe
Завтрак													
5,1	Каша геркулесовая с молоком+	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
	Итого:	31,56	350	14,502	11,818	58,743	397,137	0,244	0,455	2,882	361,264	2,361	
Завтрак 2ой													
0,44	Сок фруктовый	48	100	0,3		13,793	53,613	0,02	0,007	2	17,993	0,4	0000
	Итого:	48	100	0,3		13,793	53,613	0,02	0,007	2	17,993	0,4	
Обед													
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
	Итого:	42,41	484	13,861	14,309	74,241	483,546	0,203	0,101	16,067	73,465	4,765	
Полдник													
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)
	Итого:	19,54	200	7,317	7	34,308	227,8	0,112	0,16	0,806	168,463	0,62	
Ужин													
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
	Итого:	28,28	400	21,909	5,068	85,652	354,65	0,301	0,295	180,385	89,504	7,337	
	Итого за день:	169,8	1 534	57,889	38,185	266,737	1 517,146	0,88	1,018	202,139	710,68	15,474	

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. № рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
Завтрак													
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)
	Итого:	59,27	350	23,716	22,898	41,61	463,86	0,12	0,422	0,768	264,94	2,47	
Завтрак 2ой													
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
	Итого:	17,42	95	1,425	0,095	19,95	82,935	0,038	0,095	9,5	7,6	1,14	
Обед													
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
	Итого:	69,79	515	23,882	15,655	74,081	531,02	0,284	0,265	15,608	116,922	4,583	
Полдник													
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)
	Итого:	14,59	200	8	9,31	40,2	276,447	0,066	0,045	0,48	211,44	1,104	
Ужин													
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)
	Итого:	32,67	400	6,059	7,099	44,411	283,624	0,231	0,181	42,171	72,589	3,333	
	Итого за день:	193,74	1 560	63,082	54,957	220,252	1 617,886	0,739	1,019	68,527	673,492	12,43	

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

" УТВЕРЖДАЮ":
МАДОУ г. Нижневартовска ДС № 90
"Айсберг"
Сидельникова М. А.
М.П.
Подпись: _____
3 апреля 2024 г.



Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (**кал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец. №рец
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	Са	Фв		
Завтрак													
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)
	Итого:	48,3	480	17,442	19,694	54,688	488,244	0,165	0,428	1,764	370,162	1,488	
Завтрак 2ой													
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
	Итого:	28,24	95	0,76	0,19	7,125	36,1	0,057	0,028	36,1	33,25	0,095	
Обед													
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
236	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
	Итого:	51,48	518	19,356	19,473	57,882	474,751	0,251	0,171	68,658	164,607	5,208	
Полдник													
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	
	Итого:	22,76	220	8,26	6,767	32,873	209,087	0,123	0,201	0,832	174,685	0,875	
Ужин													
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
	Итого:	25,79	480	17,638	17,097	31,802	349,95	0,172	0,439	6,04	125,757	4,876	
	Итого за день:	173,58	1 663	63,466	63,221	184,271	1 532,132	0,768	1,267	113,394	868,301	12,522	

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

шеф-повар: _____ / Дата: _____ / Подпись: И. И.

Врач(диетолога): _____ /

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	
Завтрак													
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	
	Итого:	32,14	350	16,748	11,088	71,733	454,107	0,186	0,46	2,91	361,601	2,601	
Завтрак 2ой													
0,38	Яблоко+	18,29	100	0,8	0,4	8,1	47,067	0,02	0,04	180	40	0,8	
	Итого:	18,29	100	0,8	0,4	8,1	47,067	0,02	0,04	180	40	0,8	
Обед													
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
	Итого:	77,49	560	21,883	6,446	55,336	314,689	0,19	0,2	112,667	96	4,406	
Ужин													
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
	Итого:	20,44	200	8	9,31	39,88	275,38	0,088	0,361	1,12	205,04	1,104	
Ужин													
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
	Итого:	45,69	400	20,276	17,988	59,739	477,135	0,147	0,46	198,271	197,797	7,053	
	Итого за день:	184,05	1 610	67,686	46,188	284,787	1 568,347	0,681	1,461	494,967	899,437	16,984	

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

шеф-повар: _____ / Дата: г. Москва И. И.
Врач(диетиста): _____ /
бухгалтер: _____ / Паскина Л. П.

100 - Продукт промышленного производства

101 - «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)

106 - «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. №рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	К	
Завтрак													
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	20/3/10,5/3/3	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)
	Итого:	27,98	345,638	9,28	11,017	38,88	293,013	0,117	0,343	1,514	377,015	1,894	
Завтрак 2ой													
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
	Итого:	13,26	95	0,038	0,038	9,31	40,546	0,028	0,019	156,75	15,2	2,09	
Обед													
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	
220,1	Мясо для супа+	35,76	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	0001 (№ 273)
280,2	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
	Итого:	76,85	580	26,014	14,893	78,382	531,827	0,349	0,209	15,606	105,863	6,819	
Вечерник													
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)
	Итого:	20,23	200	6,36	7,485	25,26	191,05	0,065	0,204	0,916	190,676	0,556	
Ужин													
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+	28,64	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
	Итого:	46,62	420	23,673	18,431	30,878	380,818	0,339	0,091	28,983	98,792	4,889	
	Итого за день:	184,94	1 620,638	65,366	51,773	182,71	1 437,054	0,899	0,955	203,799	787,446	18,428	

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	
Завтрак													
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)
	Итого:	44,86	440	8,45	12,85	43,638	320,76	0,17	0,51	2,28	269,98	1,43	
Завтрак 2ой													
0,44	Сок фруктовый	4,3	100	0,5	0,1	13,8	53,64	0,02	0,01	2	20	0,4	0000
	Итого:	4,3	100	0,5	0,1	13,8	53,64	0,02	0,01	2	20	0,4	
Обед													
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
	Итого:	50,86	660	17,499	17,982	86,195	673,888	0,234	0,112	30,584	93,339	5,917	
Полдник													
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	
	Итого:	40,31	260,596	13,783	18,568	26,505	325,515	0,066	0,168	1,164	417,29	0,258	
Ужин													
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)
	Итого:	31,9	500	20,24	4,12	74,192	399,92	0,154	0,144	2,14	77,67	1,89	
	Итого за день:	172,02	1 950,596	60,471	53,609	243,228	1 673,723	0,633	0,932	38,138	878,279	9,894	

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 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.)

0003 - Техничко-технологическая карта

0006 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания»(под ред. Ф.П.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	
Завтрак													
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
	Итого:	58,33	405	31,627	6,891	58,767	465,996	0,147	0,408	0,649	248,533	2,562	
Завтрак 2ой													
0.23	Груша+	22,22	100	0.4	0.03	9.5	40.55	0.02	0.03	5	19	2.3	0000
	Итого:	22,22	100	0,4	0,03	9,5	40,55	0,02	0,03	5	19	2,3	
Обед													
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
	Итого:	91,62	770	39,51	21,178	140,59	751,488	0,517	0,383	17,74	187,764	7,087	
Полдник													
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)
	Итого:	14,2	250	7,48	7,655	25,14	199,912	0,061	0,038	0,6	254,52	0,672	
Ужин													
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
	Итого:	34,74	500	6,77	8,66	56,882	334,48	0,249	0,184	58,72	70,2	2,894	
	Итого за день:	221,11	2 025	85,787	44,414	290,879	1 792,426	0,994	1,042	82,709	780,007	15,515	

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	
Завтрак													
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	
	Итого:	48,31	430	15,528	18,743	69,211	504,69	0,198	0,553	3,56	444,925	1,796	
Завтрак 2ой													
0,29	Яблоко+	11,36	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2	0000
	Итого:	11,36	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2	
Обед													
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 тушённая+	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
	Итого:	61,43	668	26,936	20,076	88,78	636,867	0,732	0,234	83,63	128,871	7,731	
Полдник													
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 кипячённое+	18,04	180	4,59	4,77	8,46	93,06	0,045	0,144	0,936	198,36	0,09	0001 (№ 400)
	Итого:	26,89	250	9,333	7,649	38,096	240,139	0,141	0,179	0,936	211,161	1,018	
Ужин													
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
	Итого:	39,09	460	19,76	16,93	46,304	408,22	0,188	0,498	10,24	169,82	4,29	
	Итого за день:	186,08	1 898	71,596	63,438	252,191	1 832,586	1,289	1,483	283,366	970,777	17,034	

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	
Завтрак													
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)
	Итого:	34,75	423,957	19,99	15,66	83,51	558,71	0,198	0,382	1,373	407,33	3,711	
Завтрак 2ой													
0,21	Мандарины+	29,73	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	0,03	38	35	0,1	0000
	Итого:	29,73	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	0,03	38	35	0,1	
Обед													
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 (№ 61(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
	Итого:	126,89	750	36,202	15,36	70,218	563,848	0,407	0,418	158,55	167,728	7,213	
Полдник													
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	
	Итого:	25,55	250	7,48	7,655	24,74	197,69	0,095	0,356	1,4	246,52	0,672	
Ужин													
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
	Итого:	66,77	460	24,96	21,574	81,922	629,848	0,162	0,377	1,577	212,08	4,012	
	Итого за день:	282,69	1 973,957	89,432	60,449	267,888	1 988,097	0,922	1,564	198,9	1 058,656	15,708	

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 циклическое 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	
Завтрак													
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	
	Итого:	52,44	440	20,84	20,93	88,166	623,49	0,3	0,57	3,56	460,09	2,7	
Завтрак 2ой													
0,02	Бананы+	18,33	100	1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,05	10	8	0,6	0000
	Итого:	18,33	100	1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,05	10	8	0,6	
Обед													
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
	Итого:	97,09	734	33,326	19,066	104,715	649,585	0,483	0,389	26,816	161,643	9,679	
Полдник													
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	
	Итого:	24,32	250	9,77	6,99	57,97	310,52	0,138	0,202	1,006	216,93	1,46	
Ужин													
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
	Итого:	38,05	470	19,982	6,672	64,545	401,806	0,136	0,141	206,148	32,828	6,896	
	Итого за день:	230,23	1 994	85,418	63,768	336,396	2 072,701	1,077	1,362	246,63	869,491	21,235	

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	Ca	Fe		
Завтрак														
3,1	Каша рисовая молочная+	15,69	150	5,2	3,9	26,8	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)	
	Итого:	43,29	300	9,677	12,73	52,846	361,581	0,153	0,353	1,848	346,254	1,409		
Завтрак 2ой														
0,04	Сок тыявенный+	3	100	0,375		9,07	35,985	0,015	0,015	0,9	9,745	0,15	0001 (№ 2)	
	Итого:	3	100	0,375		9,07	35,985	0,015	0,015	0,9	9,745	0,15		
Обед														
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	Пельмени тушеная+	7,81	110	3,014	6,732	12,43	111,408	0,044	0,065	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	
	Итого:	47,25	410	19,124	18,915	62,333	487,518	0,356	10,162	72,887	142,012	8,415		
Вечерник														
0,24	Йогурт+	16,5	180	9,868	2,951	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	
	Итого:	32,29	210	17,256	24,923	36,8	439,408	0,082	0,141	1,316	361,401	0,905		
Ужин														
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	
	Итого:	57,48	400	15,886	10,988	44,918	345,988	0,412	0,234	175,924	70,941	6,489		
	Итого за день:	183,31	1 570	62,299	67,587	205,957	1 870,481	1,018	10,934	252,885	930,352	17,394		

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	
Завтрак													
36,2	Яблоко на мелкое	17,21	160	3,691	3,307	14,927	104,245	0,054		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)
	Итого:	28,98	350	9,331	6,467	44,607	276,699	0,178	0,194	2,92	366,343	1,122	
Завтрак 2ой													
0,33	Киви+	17,38	95	0,76	0,38	7,595	44,713	0,019	0,038	171	38	0,76	
	Итого:	17,38	95	0,76	0,38	7,595	44,713	0,019	0,038	171	38	0,76	
Обед													
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	0,83	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
	Итого:	47,55	556	25,443	16,295	70,872	540,903	0,193	0,242	20,367	133,567	4,177	
Полдник													
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)
	Итого:	21,05	220	7,277	5,762	31,804	205,316	0,102	0,21	1,055	183,974	0,894	
Ужин													
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
	Итого:	55,51	400	18,968	7,891	51,612	383,236	0,216	1,304	28,795	66,608	8,246	
	Итого за день:	170,87	1 621	61,699	36,795	206,59	1 420,888	0,709	1,955	224,137	788,888	15,198	

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

шеф-повар: _____ / Дата: г. _____ 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			
Завтрак													
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)
	Итого:	33,76	360,638	10,387	9,34	54,008	341,9	0,178	0,136	0,454	177,574	2,502	
Завтрак 2ой													
0,29	Яблоко+	13,26	95	0,038	0,038	9,31	46,546	0,018	0,019	158,75	15,2	2,09	0000
	Итого:	13,26	95	0,038	0,038	9,31	46,546	0,028	0,019	158,75	15,2	2,09	
Обед													
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	Буфле из кур с рисом+	25,24	80	8,25	7,417	10	146,833	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	88,885	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
	Итого:	54,83	551	18,304	21,712	84,89	602,004	0,227	0,226	89,297	198,121	5,518	
Волдник													
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)
	Итого:	15,67	210	8,45	7,35	38,95	256	0,116	0,02	0,481	204,1	0,81	
Ужин													
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
	Итого:	21,08	400	14,897	16,433	50,518	407,988	0,286	0,271	31,882	70,494	3,635	
	Итого за день:	138,6	1 616,638	52,077	54,873	237,675	1 648,437	0,885	0,871	258,844	685,488	14,555	

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 циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины ИУГ			Минеральные вещества		Сб. рец. Номер
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	В6	Fe		
Завтрак													
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+	18,6	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
	Итого:	64,38	350	23,5	12,05	56,382	421,537	0,19	0,51	1,28	384,37	2,11	
Завтрак 2ой													
0,23	Груша+	22,22	100	0,4	0,029	9,5	40,549	0,02	0,029	5	19	2,3	0000
	Итого:	22,22	100	0,4	0,029	9,5	40,549	0,02	0,029	5	19	2,3	
Обед													
87,1	Борщ с картофелем+	2,92	150	1,153	2,617	8,051	80,935	0,035	0,035	3,857	18,527	0,657	
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
	Итого:	88,25	536	22,133	16,289	48,258	434,722	0,441	0,183	48,735	101,369	4,337	
Полдник													
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	4,88	4,8	8,52	93,36	0,048	0,192	0,936	184,056	0,084	0001 (№ 400)
	Итого:	22,99	210	5,4	5,43	26,52	171,48	0,056	0,195	0,936	186,316	0,219	
Ужин													
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	8,511	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)
	Итого:	26,21	420	8,485	8,983	69,383	389,813	0,224	0,237	52,474	110,183	4,888	
	Итого за день:	221,05	1 816	59,888	42,761	211,023	1 486 842	0,931	1,164	108,425	781,188	13,802	

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)

* УТВЕРЖДАЮ:

МАДОУ г. Нижневартовска ДС № 90

Айболит

Селезнева М.

М. П. 12 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. № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe	
	Завтрак												
15,1	Смлет натуральный+	13,33	130	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)
	Итого:	24,52	370	16,66	14,063	20,09	273,33	0,121	0,437	1,995	118,041	5,722	
	Завтрак 2ой												
0,29	Яблоко+	13,96	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,029	0,02	165	16	2,2	0000
	Итого:	13,96	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,029	0,02	165	16	2,2	
	Обед												
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		3,553	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
	Итого:	88,05	575	26,361	13,431	69,854	516,843	0,239	0,3	22,858	104,821	4,88	
	Полдник												
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)
	Итого:	29,68	200	11,479	8,179	21,229	204,229	0,107	0,331	2,85	189,586	2,407	
	Ужин												
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+	1,25	30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,053	0,023		10,5	1,17	0000
	Итого:	119,62	400	23,927	16,421	45,614	422,254	0,374	0,035	16,425	64,416	3,476	
	Итого за день:	275,83	1 645	78,466	52,134	166,596	1 459,336	0,869	1,123	209,128	619,864	18,615	

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. Иваново ДС № 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	Фос		
Завтрак													
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)
	Итого:	27	440	7,85	13,15	44,02	327,4	0,13	0,34	1,59	304,12	2,03	
Завтрак 2ой													
0,44	Сок фруктовый	4,3	100	0,5	0,1	13,8	53,64	0,02	0,01	2	20	0,4	0000
	Итого:	4,3	100	0,5	0,1	13,8	53,64	0,02	0,01	2	20	0,4	
Обед													
528	Сосис красной 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	8,13	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
	Итого:	81,08	764	26,998	26,463	83,433	668,057	0,483	13,461	114,158	210,699	11,859	
Полдник													
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
	Итого:	38,04	250	20,438	29,187	43,163	516,722	0,096	0,166	1,575	429,792	1,061	
Ужин													
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
	Итого:	34,21	450	13,77	7,73	62,699	380,669	0,263	0,173	17,705	49,902	2,688	
	Итого за день:	184,64	2 004	69,557	76,63	247,115	1 945,488	0,992	14,15	137,028	1 014,513	18,038	

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 - 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: 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				Сб. рец. № рец.	
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca		Fe
Завтрак													
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)
	Итого:	81,79	480	12,828	14,276	76,848	488,227	0,187	0,483	2,533	248,917	1,891	
Завтрак 2ой													
0,33	Молоко+	18,29	100	0,8	0,4	8,1	47	0,02	0,04	1,80	40	0,8	
	Итого:	18,29	100	0,8	0,4	8,1	47	0,02	0,04	1,80	40	0,8	
Обед													
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 шпателя) 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	Компот 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
	Итого:	83,09	716	28,342	14,92	91,704	612,682	0,376	0,486	40,682	234,989	6,888	
Второй завтрак													
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)
	Итого:	24,71	280	8,516	8,3	36,607	288,4	0,122	0,16	1,088	295,479	0,643	
Ужин													
325	Шницель говяжий+	1,2	30	0,3	1,23	1,14	16,8	0,008	0,008		4,2	0,06	0001 (№ 347)
242,1	Макаронный салат с овощами+	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	0,88	0,88		11,5	0,95	0000
	Итого:	48,38	460	21,988	10,016	65,816	442,86	0,227	1,448	20,799	71,888	8,289	
	Итого за день:	188,23	1 976	73,44	47,912	279,172	1 840,329	0,982	2,619	246,02	880,482	17,981	

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. Могилюго 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	Са	Fe	
Завтрак													
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	
	Итого:	46,16	440,768	16,81	16,096	54,358	444,99	0,226	0,602	3,668	566,91	1,956	
Завтрак 2ой													
0,23	Груше+	22,22	100	0,4	0,03	9,5	40,55	0,02	0,03	5	19	2,3	0000
	Итого:	22,22	100	0,4	0,03	9,5	40,55	0,02	0,03	5	19	2,3	
Обед													
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
	Итого:	53,91	691	24,388	25,913	113,419	763,43	0,303	0,357	79,498	278,429	7,578	
Полдник													
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)
	Итого:	19,72	250	10,831	9,606	40,4	271,947	0,138	0,107	0,713	287,836	1,313	
Ужин													
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
	Итого:	29,91	460	12,208	16,332	61,809	436,81	0,307	0,285	41,14	72,46	3,52	
	Итого за день:	171,82	1 941,768	64,835	68,877	279,485	1 956,727	0,895	1,381	130,016	1 224,634	16,787	

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	
Завтрак													
16,1	Сырники из творога+	54,87	150	11,1	5,3	13,9	142,5	0,09	0,36	0,35	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)
	Итого:	90,22	415	16,28	14,46	69,336	418,96	0,2	0,65	1,53	288,6	2,38	
Завтрак 2ой													
0,21	Мандарины+	28,73	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	0,03	38	35	0,1	0000
	Итого:	28,73	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	0,03	38	35	0,1	
Обед													
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
	Итого:	92,46	716	26,961	14,425	106,214	666,179	0,297	0,264	16,03	74,474	3,804	
Полдник													
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)
	Итого:	25,6	250	6,78	7,955	26,14	201,09	0,067	0,172	1,04	228,92	0,572	
Ужин													
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
	Итого:	28,93	460	10,217	7,687	60,75	430,284	0,261	0,228	57,39	108,878	4,862	
	Итого за день:	266,94	1 940	60,998	44,717	278,941	1 763,514	0,885	1,335	107,99	711,87	11,728	

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. Тутальяна, 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	
Завтрак													
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)
	Итого:	28,37	440	18,4	20,15	40,68	417,614	0,147	0,442	7,31	137,48	4,327	
Завтрак 2ой													
0,29	Яблоко+	12,5	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2	0000
	Итого:	12,5	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	166	16	2,2	
Обед													
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 "Витошка"	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
	Итого:	97,98	741	42,144	20,661	98,088	750,598	0,81	0,917	14,285	224,293	12,434	
Полдник													
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	
	Итого:	34,08	250	13,23	9,71	28	252,13	0,135	0,407	3,08	239,63	2,52	
Ужин													
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
	Итого:	44,34	450	27,33	17,56	62,02	509,08	0,42	0,05	17,5	105,74	3,42	
	Итого за день:	217,26	1 981	101,144	68,121	236,586	1 972,102	1,542	1,836	207,176	723,143	24,901	

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)