

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат
0093D773D563BFF5D543F003F73EB692C3
Владелец: Гасимова Светлана Сергеевна
Действителен с 24.01.2025 по 19.04.2026

" УТВЕРЖДАЮ"

Заведующий МАДОУ города
Нижневартовска ДС №80
"Светлячок"
Гасимова С. С.
М. П. 3 июня 2025 г.
Подпись _____

День: 3
Неделя: 2
Сезон: ВЕСНА- ЛЕТО 2025 г САД
Возрастная категория: Дети Сад корп1.

Ежедневное меню
на 4 июня 2025 г.

№ рецепт уры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетичес кая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак										
150,1	ТТК Суфле творожное+	152	27,17	14,44	28,31	346,56	0,076	0,342	0,418	196,973	0,836
3 351	351 Соус молочный (сладкий)	30	0,583	1,356	3,977	30,45	0,008	0,022	0,098	18,813	0,051
3 391	Чай заварка	199	0,398	0,101	0,08	2,786	0,002	0,02	0,199	19,522	1,632
268	ТТК Бутерброды с маслом+	35,124/ 5,601	2,671	5,113	17,337	100,485	0,059	0,035		10,894	0,726
	Итого:	422	30,822	21,01	49,703	480,281	0,144	0,419	0,715	246,202	3,245
	Завтрак 2ой										
0,29	Яблоко+	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2
	Итого:	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2
	Обед										
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994	50	0,4	0,05	1,25	7,05	0,017	0,017	5	11,5	0,3
253,2	ТТК Суп картофельный с клецками+	200	2,752	3,816	18,248	118,4	0,088		9,224	20,432	0,832
300,2	Клѐцки+	25	1,461	1,383	6,044	42,502	0,02	0,034		17,221	0,159
239,1	ТТК Мясо для супа (куры)+	10	4,788	4,58	0,056	60,48	0,027		0,678	7,108	0,42
222	Зелень в суп+	2	0,087	0,02	0,133	1		0,007	3,333	7,433	0,053
505	Котлеты из куриной грудки (запеченные)	81	11,755	5,711	12,059	146,651	0,071		0,314	39,093	1,428
3 350	350. Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,411	104,84	1,418	16,76	0,005	0,015	0,065	13,176	0,039
106,1	ТТК Рис припущенный+	130	3,146	6,292	33,185	201,942	0,026	0,017		4,203	0,416
123,4	Компот из плодов сушеных+	180	1,35		35,294	138,204					
0,1	Хлеб пшеничный+	15	1,14	0,135	7,002	34,44	0,024	0,009		3,45	0,285
0,09	ТТК Хлеб ржаной+	25	1,65	0,3	8,55	44,255	0,045	0,02		8,75	0,975
	Итого:	738	28,94	127,127	123,24	811,684	0,323	0,119	18,614	132,366	4,907
	Полдник										
37,1	ТТК Молоко кипячѐнное+	198	5,742	4,95	9,504	106,92	0,05	0,158	1,03	218,196	0,099
351	Пирожки сдобные печеные с	50	6,433	4,133	17	130,942	0,051	0,067	1,458	9,692	1,942
	Итого:	248	12,175	9,083	26,504	237,862	0,1	0,225	2,488	227,888	2,041
	Ужин										
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15	8,4	0,54
112,2	ТТК Биточки рыбные+	80	14,6	2,3	8,2	109,8	0,07	0,1	1	47,66	0,64
3 151 ,1	Картофель,запече нный в сметаном соусе (354)	120	2,872	4,88	15,488	117,6	0,088	0,072	3,432	39,84	0,656
273,4	ТТК Напиток лимонный	160	0,08	0,008	14,048	56,8	0,004		4,256	4,688	0,107
0,1	Хлеб пшеничный+	15	1,14	0,135	7,002	34,44	0,024	0,009		3,45	0,285
0,09	ТТК Хлеб ржаной+	25	1,65	0,3	8,55	44,255	0,045	0,02		8,75	0,975
0,01	Соль+	3								13,248	0,104
	Итого:	463	21,002	7,743	55,568	375,735	0,271	0,221	23,688	126,036	3,308
	.Питьевой режим										
0,34	Вода питьевая+	202								9,09	0,002
	Итого:	202								9,09	0,002
	Итого за день:	2 173	92,979	165,003	264,815	1 948,241	0,868	1,004	210,505	757,582	15,702
	Итого среднее за 10 дней:		89,453	611,79	384,9	2 686,233	1,576	5,435	248,338	1 058,068	23,632

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 244 руб.
Средняя
стоимость за 10
дней: 273,96 руб.