

День: 4
Неделя: 2
Сезон: ВЕСНА- ЛЕТО 2025 г САД
Возрастная категория: Дети Сад корп1.

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. 4 июня 2025 г.
Подпись _____

Ежедневное меню
на 5 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										
269	Каша	199	8,438	21,751	10,109	268,352	0,209		1,303	138,534	1,254
35,1	Кофейный напиток+	199	2,488	1,592	14,244	76,874	0,06	0,249	1,144	40,656	0,587
268	ТТК Бутерброды с маслом+	29,191/ 5,032	2,215	4,24	14,377	83,329	0,049	0,029		9,034	0,602
	Итого:	432	13,14	27,583	38,731	428,554	0,317	0,278	2,448	188,224	2,443
	Завтрак 2ой										
0,44	ТТК Сок фруктовый+	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
	Итого:	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
	Обед										
214,1	ТК № 214.1 Перец сладкий свежий порциями (без номера) Сб. 1994	41	0,533	0,041	2,009	10,537	0,034	0,034	82	3,28	0,205
3 067	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,392	3,908	6,786	67,8	0,036	0,648	14,772	34,66	0,636
239,1	ТТК Мясо для супа (куры)+	8	3,83	3,664	0,045	48,384	0,021		0,542	5,686	0,336
0,13	ТТК Сметана в суп+	6	0,18	0,6	0,165	6,78		0,015	0,038	5,4	0,015
222	Зелень в суп+	2	0,087	0,02	0,133	1		0,007	3,333	7,433	0,053
251,1	Азу с говядиной+	198	10,804	14,506	14,48	258,054	0,181		26,713	35,106	2,841
203,1	ТТК Напиток брусничный+	180	0,09		22,41	71,262			1,35	8,532	0,144
0,09	ТТК Хлеб ржаной+	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
	Итого:	685	20,216	23,339	63,128	552,327	0,362	0,744	128,748	117,598	6,18
	Полдник										
0,24	ТТК Йогурт+	200	5,8	6,4	8	118		0,049	1	206,667	0,167
0,14	ТТК Печенье+	40	3,36	5,31	33,48	195,38	0,034	0,024		13,04	0,944
	Итого:	240	9,16	11,71	41,48	313,38	0,034	0,073	1	219,707	1,111
	Ужин										
180,1	ТТК Вареники ленивые+	182	22,447	21,634	31,789	412,685	0,091	0,364	0,303	198,501	1,183
3 006	Масло	8	0,064	5,8	0,104	52,8	0,001	0,01		1,92	0,016
133	Кисель из плодов шиповника+	190	0,285		24,046	102,049		0,038	33,44	8,313	1,767
0,25	ТТК Батон нарезной+	49	3,724	0,441	22,883	112,533	0,078	0,029		11,27	0,931
0,01	Соль+	3								13,248	0,104
	Итого:	432	26,52	27,875	78,823	680,067	0,17	0,441	33,743	233,252	4,001
	.Питьевой режим										
0,34	Вода питьевая+	199								8,955	0,002
	Итого:	199								8,955	0,002
	Итого за день:	2 188	70,036	90,706	249,761	2 081,609	0,924	1,556	169,939	807,735	14,537
	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 план 244 руб.
Средняя
стоимость за 10
дней: 270,65 руб.