

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат
0093D773D563BFF5D543F003F73EB692C3
Владелец Гасымова Светлана Сергеевна
Действителен с 24.01.2025 по 19.04.2026

" УТВЕРЖДАЮ"
ИО Заведующего МАДОУ города
Нижневартовска ДС №80
"Светлячок"
Селезнева Р.К.
М. П. 22 июля 2025 г.
Подпись _____

День: 3
Неделя: 2
Сезон: ЛЕТО-ОСЕНЬ 2025 САД
Возрастная категория: Дети Сад

**Ежедневное меню
на 23 июля 2025 г.**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак											
7,1	ТТК Каша пшеничная молочная+	201	11,658	5,528	51,054	304,716		24,12	0,935	186,87	2,673
1	ТТК Масло сливочное в кашу+	3	0,024	2,178	0,036	19,818		0,006		0,72	0,006
36,2	Какао на молоке	201	4,633	4,161	18,478	129,856	0,08		2,613	241,652	0,251
268	ТТК Бутерброды с маслом+	29,929/5,271	2,28	4,365	14,8	85,78	0,05	0,03		9,3	0,62
	Итого:	440	18,595	16,231	84,368	540,17	0,13	24,156	3,548	438,542	3,551
Завтрак 2ой											
0,26	ТТК Виноград+	100	0,6	0,2	15	61,2	0,05	0,02	6	30	0,6
	Итого:	100	0,6	0,2	15	61,2	0,05	0,02	6	30	0,6
Обед											
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15	8,4	0,54
82,1	ТК № 82.1 Суп крестьянский с пшеном (рец. 134) Сб.2	200	1,42	1,99	7,51	53,6	0,04	0,03	6,6	17,2	0,48
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+	1	0,043	0,01	0,067	0,5		0,003	1,667	3,717	0,027
505	Котлеты из куриной грудки (запеченные)	81	11,755	5,711	12,059	146,651	0,071		0,314	39,093	1,428
104,2	ТТК Картофельное пюре+	75	1,59	2,045	10,495	69,505	0,065	0,055	5,405	18,52	0,55
212,1	ТТК Капуста тушённая+	75	2,375	2,063	9,688	58,75	0,031	0,038	19,863	49,013	0,738
275	Компот из консервированных плодов+	183	0,146		27,756	112,609	0,015	0,029	2,196	7,677	0,402
0,1	Хлеб пшеничный+	21	1,596	0,189	9,803	48,216	0,034	0,013		4,83	0,399
0,09	ТТК Хлеб ржаной+	31	2,046	0,372	10,602	54,876	0,056	0,025		10,85	1,209
	Итого:	737	26,42	17,079	90,314	618,027	0,378	0,213	51,722	166,407	6,191
Полдник											
302,1	Сырная палочка+	60	7,368	21,972	29,892	347,04	0,082	0,082	0,132	116,664	0,706
37,1	ТТК Молоко кипячённое+	181	5,249	4,525	8,688	97,74	0,045	0,145	0,941	199,462	0,091
	Итого:	241	12,617	26,497	38,58	444,78	0,128	0,227	1,073	316,126	0,797
Ужин											
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	61	0,488	0,061	1,525	8,601	0,02	0,02	6,1	14,03	0,366
175,1	Макароны, запеченные с яйцом+	200	11,38	7,23	41,52	266,08	0,11	0,17	0,23	72,92	1,62
481	Кисель из брусники	161	0,097	0,064	11,912	48,67			2,415	7,116	0,121
0,1	Хлеб пшеничный+	16	1,216	0,144	7,469	36,736	0,026	0,01		3,68	0,304
0,09	ТТК Хлеб ржаной+	21	1,386	0,252	7,182	37,174	0,038	0,017		7,35	0,819
0,01	Соль+	3								13,248	0,104
	Итого:	462	14,567	7,751	69,608	397,262	0,194	0,217	8,745	118,344	3,334
.Питьевой режим											
0,34	Вода питьевая+	207								9,315	0,002
	Итого:	207								9,315	0,002
	Итого за день:	2 187	72,799	67,759	297,871	2 061,438	0,88	24,832	71,088	1 078,734	14,475
	Итого среднее за 10 дней:		85,325	71,542	323,467	2 221,012	1,252	5,202	170,096	969,055	21,54

Стоимость рациона:
Стоимость по плану:
Средняя стоимость за
10 дней:

руб.
244 руб.
руб.