

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

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

" УТВЕРЖДАЮ"  
ИО Заведующего МАДОУ города  
Нижевартовска ДС №80  
"Светлячок"  
Селезнева Р. К.  
М. П. 23 июля 2025 г.  
Подпись \_\_\_\_\_

День: 4  
Неделя: 2  
Сезон: ЛЕТО-ОСЕНЬ 2025 САД  
Возрастная категория: Дети Сад

**Ежедневное меню  
на 24 июля 2025 г.**

№ рецептур ы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
8,1	ТТК Каша кукурузная молочная+	200	11,6	5,5	50,8	303,2	0,11	0,23	0,93	197,43	1,68
1	ТТК Масло сливочное в кашу+	2	0,016	1,452	0,024	13,212		0,004		0,48	0,004
33	ТТК Чай с сахаром+	180	0,072	0,027	11,97	47,7		0,009	0,09	3,96	0,774
100,1	ТТК Бутерброд с сыром+	10,299/ 3,203/2 3,907	4,231	5,651	11,409	113,462	0,047	0,054	0,074	97,815	0,639
	<b>Итого:</b>	<b>419</b>	<b>15,919</b>	<b>12,63</b>	<b>74,203</b>	<b>477,574</b>	<b>0,157</b>	<b>0,297</b>	<b>1,094</b>	<b>299,685</b>	<b>3,097</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,27	Персики+	99	0,891	0,099	9,405	40,194	0,04	0,079	9,9	19,8	0,594
	<b>Итого:</b>	<b>99</b>	<b>0,891</b>	<b>0,099</b>	<b>9,405</b>	<b>40,194</b>	<b>0,04</b>	<b>0,079</b>	<b>9,9</b>	<b>19,8</b>	<b>0,594</b>
<b>Обед</b>											
3 033	ТК № 3033 Салат из свеклы (рец. 33) Сб.1	80	1,147	4,867	6,693	75,12	0,013	0,027	7,6	28,12	0,107
86,1	ТТК Суп картофельный с бобовыми+	200	4,4	4	14,8	118,78	0,133	0,066	4,983	44,33	1,716
239,1	ТТК Мясо для супа (куры)+	4	1,915	1,832	0,022	24,192	0,011		0,271	2,843	0,168
234,4	Рыба семга припущенная+	80	16	6,48		122,4	0,184	0,2	0,8	12	0,64
222	Зелень в суп+	1	0,043	0,01	0,067	0,5		0,003	1,667	3,717	0,027
181,1	ТТК Соус молочный (для подачи к блюду)+	20	0,4	0,96	1,52	16,16	0,008	0,016	0,056	11,984	0,032
164,1	ТТК Картофель отварной+	110	2,185	2,581	16,874	105,263	0,103	0,073	9,071	11,015	0,924
0,44	ТТК Сок фруктовый+	207	1,035	0,207	28,566	111,035	0,041	0,021	4,14	41,4	0,828
0,09	ТТК Хлеб ржаной+	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
	<b>Итого:</b>	<b>752</b>	<b>30,426</b>	<b>21,537</b>	<b>85,642</b>	<b>661,959</b>	<b>0,583</b>	<b>0,446</b>	<b>28,588</b>	<b>172,909</b>	<b>6,391</b>
<b>Полдник</b>											
0,14	ТТК Печенье+	50	4,2	6,638	41,85	244,225	0,043	0,03		16,3	1,18
37,1	ТТК Молоко кипячённое+	190	5,51	4,75	9,12	102,6	0,048	0,152	0,988	209,38	0,095
	<b>Итого:</b>	<b>240</b>	<b>9,71</b>	<b>11,388</b>	<b>50,97</b>	<b>346,825</b>	<b>0,09</b>	<b>0,182</b>	<b>0,988</b>	<b>225,68</b>	<b>1,275</b>
<b>Ужин</b>											
150,1	ТТК Суфле творожное+	156	27,885	14,82	29,055	355,68	0,078	0,351	0,429	202,157	0,858
182,1	Соус молочный (сладкий)+	30	0,6	1,2	4,5	30		0,03	0,09	18,51	0,06
0,25	ТТК Батон нарезной+	37	2,812	0,333	17,279	84,974	0,059	0,022		8,51	0,703
123,3	Компот из замороженных плодов (ягод)+	180	0,63	0,54	30,884	122,364	0,009	0,009	59,4	6,192	0,855
0,01	Соль+	3								13,248	0,104
	<b>Итого:</b>	<b>406</b>	<b>31,927</b>	<b>16,893</b>	<b>81,718</b>	<b>593,018</b>	<b>0,146</b>	<b>0,412</b>	<b>59,919</b>	<b>248,617</b>	<b>2,58</b>
<b>.Питьевой режим</b>											
0,34	Вода питьевая+	210								9,45	0,002
	<b>Итого:</b>	<b>210</b>								<b>9,45</b>	<b>0,002</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>2 126</b>	<b>88,873</b>	<b>62,546</b>	<b>301,939</b>	<b>2 119,571</b>	<b>1,016</b>	<b>1,416</b>	<b>100,489</b>	<b>976,14</b>	<b>13,94</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>85,325</b>	<b>71,542</b>	<b>323,467</b>	<b>2 221,012</b>	<b>1,252</b>	<b>5,202</b>	<b>170,096</b>	<b>969,055</b>	<b>21,54</b>

Стоимость рациона: руб.  
Стоимость по плану: 244 руб.  
Средняя стоимость за 10 дней: 262,62 руб.