

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат
0093D773D563BFF5D543F003F73EB692C3
Владелец Гасимова 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. 23 июля 2025 г.
Подпись _____

День: 4
Неделя: 2
Сезон: ЛЕТО-ОСЕНЬ 2025 ЯСЛИ
Возрастная категория: Ясли

**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
Завтрак											
8,1	ТТК Каша кукурузная молочная+	150	8,7	4,1	38,1	227,4	0,08	0,17	0,7	148,06	1,26
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+	150	0,06	0,02	9,99	40		0,01	0,08	4,04	0,67
100,1	ТТК Бутерброд с сыром+	12,233/5,662/30,188	5,088	8,014	14,253	149,613	0,059	0,071	0,082	115,268	0,082
	Итого:	349	13,864	13,586	62,367	430,225	0,139	0,255	0,862	267,848	2,016
Завтрак 2ой											
0,27	Персики+	74	0,666	0,074	7,03	30,044	0,03	0,059	7,4	14,8	0,444
	Итого:	74	0,666	0,074	7,03	30,044	0,03	0,059	7,4	14,8	0,444
Обед											
3 033	ТК № 3033 Салат из свеклы (рец. 33) Сб.1	60	0,855	3,66	5,01	56,34	0,015	0,03	5,7	21,09	0,795
86,1	ТТК Суп картофельный с бобовыми+	150	3,3	3,2	11,1	89	0,08	0,04	2,99	26,6	1,03
222	Зелень в суп+	1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04
239,1	ТТК Мясо для супа (куры)+	4	3,192	3,052	0,038	40,32	0,018		0,452	4,738	0,28
164,1	ТТК Картофель отварной+	100	1,99	2,35	15,34	95,69	0,093	0,066	8,246	10,013	0,84
234,4	Рыба семга припущенная+	70	14	5,67		107,1	0,161	0,175	0,7	10,5	0,56
181,1	ТТК Соус молочный (для подачи к блюду)+	10	0,34	0,664	0,892	10,96	0,004	0,008	0,028	5,992	0,016
0,44	ТТК Сок фруктовый+	207	0,621		28,552	110,98	0,041	0,014	4,14	37,246	0,828
0,09	ТТК Хлеб ржаной+	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	642	26,963	19,081	74,652	581,52	0,482	0,368	24,756	135,754	5,949
Полдник											
37,1	ТТК Молоко кипячённое+	150	4,35	3,75	7,2	81	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
0,14	ТТК Печенье+	20	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
	Итого:	170	6,03	6,405	23,94	178,69	0,057	0,172	0,78	159,9	0,542
Ужин											
150,1	ТТК Суфле творожное+	124	17,773	9,507	18,393	226,093	0,062	0,269	0,331	160,683	0,682
123,3	Компот из замороженных плодов (ягод)+	150	0,6	0,4	26,012	103,22	0,01	0,01	49,5	5,16	0,71
182,1	Соус молочный (сладкий)+	10	0,2	0,4	1,5	10		0,01	0,03	6,17	0,02
0,25	ТТК Батон нарезной+	21	1,596	0,189	9,807	48,223	0,034	0,013		4,83	0,399
0,01	Соль+	3								14,72	0,116
	Итого:	308	20,169	10,496	55,712	387,536	0,106	0,301	49,861	191,563	1,927
.Питьевой режим											
0,34	Вода питьевая+	157								7,065	0,001
	Итого:	157								7,065	0,001
	Итого за день:	1 700	67,692	49,641	223,701	1 608,015	0,813	1,155	83,659	776,93	10,879
	Итого среднее за 10 дней:		64,33	54,359	224,141	1 613,943	0,941	2,157	128,099	749,389	16,332

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 211 руб.
Средняя стоимость за 10 дней: 223,97 руб.