

День: 4  
 Неделя: 2  
 Сезон: Зима-весна ясли  
 Возрастная категория: Дети-ясли

### Ежедневное меню на 27 февраля 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	Ca	Fe
	<b>Завтрак</b>										
268	Бутерброды с маслом+	30,432/5,061	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62
7,1	Каша пшеничная молочная+	150	8,7	4,1	38,1	227,4	0,14	0,18	0,7	139,45	1,99
33	Чай с сахаром+	150	0,16		0,03	40,8		0,01	0,08	4,04	0,67
	<b>Итого:</b>	<b>335</b>	<b>11,31</b>	<b>11,65</b>	<b>52,75</b>	<b>404,2</b>	<b>0,19</b>	<b>0,22</b>	<b>0,78</b>	<b>152,79</b>	<b>3,28</b>
	<b>Завтрак 2ой</b>										
0,21	Мандарины+	79	0,632	0,158	5,925	30,02	0,047	0,023	30,02	27,65	0,079
	<b>Итого:</b>	<b>79</b>	<b>0,632</b>	<b>0,158</b>	<b>5,925</b>	<b>30,02</b>	<b>0,047</b>	<b>0,023</b>	<b>30,02</b>	<b>27,65</b>	<b>0,079</b>
	<b>Обед</b>										
528	Соус красный основной+	25	0,272	0,524	1,498	11,965	0,006	0,005	1,175	0,88	0,077
128	Компот из смеси сухофруктов+	150	1,1		33,4	131,04	0,01	0,06	1,87	43,42	1,17
114,1	Фрикадельки рыбные+	61	10,268	1,525	5,49	74,217	0,061	0,081	0,478	39,925	0,702
104,2	Картофельное пюре+	100	2,12	2,72	13,99	92,67	0,086	0,073	7,206	24,69	0,73
83,1	Суп из овощей+	150	1,1	3	6,6	58,7	0,04	0,03	5,33	15,18	0,46
0,2	Чеснок+	2	0,13	0,01	0,598	3	0,001	0,001	0,2	3,6	0,03
239,1	Мясо для супа (куры)+	22	23,408	22,381	0,279	295,68	0,132		3,315	34,745	2,053
0,09	Хлеб ржаной+	39	2,574	0,468	13,338	69,059	0,068	0,029		13,65	1,521
309,1	Огурцы консервированные порциями+	29	0,196	0,027	0,471	2,9	0,006	0,006	1,45	6,67	0,174
222	Зелень в суп+	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>41,218</b>	<b>30,665</b>	<b>75,744</b>	<b>739,831</b>	<b>0,41</b>	<b>0,295</b>	<b>26,024</b>	<b>193,91</b>	<b>6,997</b>
	<b>Полдник</b>										
281,1	Ряженка*+	164	4,756	4,1	6,888	83,093	0,033	0,022	0,492	203,36	0,164
0,18	Вафли+	24	0,96	0,84	24	104,16	0,01	0,004		3	0,18
	<b>Итого:</b>	<b>188</b>	<b>5,716</b>	<b>4,94</b>	<b>30,888</b>	<b>187,253</b>	<b>0,043</b>	<b>0,026</b>	<b>0,492</b>	<b>206,36</b>	<b>0,344</b>
	<b>Ужин</b>										
230	Масло сливочное для подачи к блюдам+	5	0,04	3,63	0,06	33,03		0,1		1,2	0,01
0,44	Сок фруктовый+	151	0,453		20,828	80,956	0,03	0,01	3,02	27,17	0,604
180,1	Вареники ленивые+	116	14,307	13,785	20,261	263,03	0,058	0,232	0,193	126,517	0,754
182,1	Соус молочный (сладкий)+	10	0,2	0,4	1,5	10		0,01	0,03	6,17	0,02
0,1	Хлеб пшеничный+	22	1,452	0,264	7,524	38,94	0,039	0,017		7,7	0,858
	<b>Итого:</b>	<b>304</b>	<b>16,452</b>	<b>18,079</b>	<b>50,173</b>	<b>425,956</b>	<b>0,127</b>	<b>0,369</b>	<b>3,243</b>	<b>168,757</b>	<b>2,246</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 486</b>	<b>75,327</b>	<b>65,492</b>	<b>215,481</b>	<b>1 787,26</b>	<b>0,817</b>	<b>0,933</b>	<b>60,559</b>	<b>749,467</b>	<b>12,946</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>60,62</b>	<b>51,77</b>	<b>215,758</b>	<b>1 565,319</b>	<b>7,887</b>	<b>1,18</b>	<b>137,147</b>	<b>715,657</b>	<b>14,53</b>

Стоимость рациона 133,7 руб.  
 Стоимость по плану 195 руб.

Средняя стоимость за 10 дней: 193,42 руб.

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ / Бай О. В.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_/

Бухгалтер: \_\_\_\_\_/ Фарукова Р. М.