День: 5 Неделя: 1 Сезон: лето осень сад Возрастная категория: Дети - сад " УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ города
Нижневартовска ДС №21
"Звездочка"
Крамчанинова Г. А.
М. П. 4 июля 2024 г.
Подпись _____

Ежедневное меню на 5 июля 2024 г.

271.1 порциями+ Бугерброды с 5.027/4 8 2.361 7.275 14.088 131,055 0.048 0.068 маспом+ 8 24.1 Омпет с сыром+ 150 13,773 14,045 2.045 189,136 0.055 0.048 0.046 0	Энергетиче ская Витамины, мг				Минеральные вещества, мг	
Завтрак Консервированная кукуруза 60 1,116 0,226 8,432 40 0,012 0 0 0 0 0 0 0 0 0	B2	B2	С	Ca	Fe	
кукуруза						
271.1 порциями+ Бугерброды с 268 маслом+ 8 из 2,361 7,275 14,088 131,055 0,048 0 24.1 Омлет с сыром+ 4несквик» 150 13,773 14,045 2,045 189,136 0,055 0 480 «Несквик» 200 4,82 4,3 12,58 108,26 0,14 480 «Несквик» 463 22,07 25,847 37,146 468,451 0,255 0 0.23 Груша+ 100 0,4 0,03 9,5 40,55 0,02 0 480 «Несквик» 100 0,4 0,03 9,5 40,55 0,02 0 0.23 Груша+ 100 0,4 0,03 9,5 40,55 0,02 0 222 3 Зелень в суп+ 10мидоры свежие						
Бутерброды с 8 2,361 7,275 14,088 131,055 0,048 0 0 0 0 0 0 0 0 0	0,012	0,012	2,88	3	0,24	
268 маслом+ 8 2,361 7,275 14,086 131,095 0,048 0 24,1 Омлет с сыром+ 150 13,773 14,045 2,045 189,136 0,055 0 480 Какас-напиток кНесквик» 200 4,82 4,3 12,58 108,26 0,14 Итого: 3aвтрак 2ой 0 0.25,847 37,146 468,451 0,255 0 0.23 Груша+ 100 0,4 0,03 9,5 40,55 0,02 0 Итого: 100 0,4 0,03 9,5 40,55 0,02 0 222 Зелень в суп+ 3 0,078 0,018 0,12 0,9 0 216.1 поридими+ 60 0,7 0,1 2,3 12,4 0,04 0 220.1 Мясо для супа+ 25 6,5 4,2 63,5 0,013 0 220.1 Мясо для супа+ 20 2,504 4,504 14 109,84 0,08 220.1 Ю(ре)+ 200 2,504 4,504 14 109,84 0,08						
24.1 Омлет с сыром+ 150 13,773 14,045 2,045 189,136 0,055 0 Какао-напиток какао-напито	0,029	0,029		8,962	0,597	
Какас-напиток	0,327	0.327	0,259	202,636	1,814	
КНЕСКВИК) Итого:	- , -	- , -		240		
Завтрак 20й 0,23 Груша+ 100 0,4 0,03 9,5 40,55 0,02 0 Итого: 100 0,4 0,03 9,5 40,55 0,02 0 Обед 222 Залень в суп+ 3 0,078 0,018 0,12 0,9 0 216,1 порциями+ 60 0,7 0,1 2,3 12,4 0,04 0 220,1 Мясо для супа+ 47 3,102 0,564 16,074 33,199 0,085 0 220,1 Мясо для супа+ 25 6,5 4,2 63,5 0,013 0 220,1 (рис)++ 203 1,015 0,203 28,014 108,889 0,041 0 250,1 Котлеты+ 79 12,739 7,703 7,703 150,1 0,049 0 330,1 Горох отварной+ 150 12,804 4,074 29,25 20,5 0,567 0 528 Соус красный 25 0,272			5,44		1,05	
0,23 Груша+ 100 0,4 0,03 9,5 40,55 0,02 0 Итого: 100 0,4 0,03 9,5 40,55 0,02 0 222 Зелень в суп+ 3 0,078 0,018 0,12 0,9 0 216,1 порциями+ 60 0,7 0,1 2,3 12,4 0,04 0 0,09 Хлеб ржаной+ 47 3,102 0,564 16,074 83,199 0,085 0 220,1 Мясо для супа+ 25 6,5 4,2 63,5 0,013 0 220,1 (рис)++ 200 2,504 4,504 14 109,84 0,08 0 25,0,1 Котлеты+ 79 12,739 7,703 7,703 150,1 0,049 0 330,1 Горох отварной+ 150 12,804 4,074 29,25 205,5 0,567 0 528 основной+ 25 0,272 0,524 1,499 11,965 0,006 0 182,3 Соус сладкий+ </td <td>0,368</td> <td>0,368</td> <td>8,579</td> <td>454,598</td> <td>3,701</td>	0,368	0,368	8,579	454,598	3,701	
Итого: 100 0,4 0,03 9,5 40,55 0,02 Обед Помидоры свежие 216,1 порциями+ 0,09 Хлеб ржаной+ 0,09 Хлеб ржаной+ 0,00 Слет с рупой 0,044 Сок фруктовый+ 0,01 Суп с крупой 0,02,1 (рис)++ 0,00 Суп с крупой 0,00 Суп крупой 0,00 Суп с крупой 0,00 Суп с крупой 0,00 Суп с крупой 0,00 Суп с крупой 0,00 Суп крупой 0,00 Супой 0,00 Супой 0,00 Супой 0,00 Супой 0,00 Супой 0,00 Супой 0,00 Супой 0,0	0.00	0.00		10		
Обед 222 Заелень в суп+ 3 0,078 0,018 0,12 0,9 0 216,1 порциями+ 60 0,7 0,1 2,3 12,4 0,04 0 20,1 Мясо для супа+ 25 6,5 4,2 63,5 0,013 0 220,1 Оди с крупой 203 1,015 0,203 28,014 108,889 0,041 0 27,1 (рис)++ 200 2,504 4,504 14 109,84 0,08 0 25,1 Котлеты+ 79 12,739 7,703 7,703 150,1 0,049 0 330,1 Горох отварной+ 150 12,804 4,074 29,25 205,5 0,567 0 330,1 Соус красный основной+ 25 0,272 0,524 1,499 11,965 0,006 0 100, 10, 10, 10, 10, 10, 10, 10, 10, 10,	0,03 0,03		5 5	19 19	2,3 2,3	
222 Зелень в суп+ 3 0,078 0,018 0,12 0,9 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1	0,03	0,03		13	2,3	
Помидоры свежие порциями+	0,006	0,006	3	6,69	0,048	
216,1 порциями+ 3,102 0,564 16,074 83,199 0,085 0 220,1 Мясо для супа+ 25 6,5 4,2 63,5 0,013 0 0,44 Сок фруктовый+ 203 1,015 0,203 28,014 108,889 0,041 0 92,1 (рис)++ 200 2,504 4,504 14 109,84 0,08 0 250,1 Котлеты+ 79 12,739 7,703 7,703 150,1 0,049 0 330,1 Горох отварной+ 150 12,804 4,074 29,25 205,5 0,567 0 528 Основной+ 25 0,272 0,524 1,499 11,965 0,006 0 Итого: 792 39,714 21,89 98,959 746,294 0,881 0 182,3 Соус сладкий+ 25 1,8 2,125 13,875 82 0,044 0 147,2 Блины+ 70 4,74 2,879	0,02		15	8,4	0,54	
220,1 Мясо для супа+ 25 6,5 4,2 63,5 0,013 0,044 Сок фруктовый+ 203 1,015 0,203 28,014 108,889 0,041 0,08 0,091 0,000 0	·	·	15		·	
220,1 0,44 Сок фруктовый+ 203 1,015 0,203 28,014 108,889 0,041 0 92,1 Суп с крупой (рис)++ 200 2,504 4,504 14 109,84 0,08 0 250,1 Котлеты+ 79 12,739 7,703 7,703 150,1 0,049 0 330,1 Горох отварной+ 150 12,804 4,074 29,25 205,5 0,567 0 528 Соус красный основной+ 25 0,272 0,524 1,499 11,965 0,006 0 Итого: 792 39,714 21,89 98,959 746,294 0,881 0 182,3 Соус сладкий+ 25 1,8 2,125 13,875 82 0,044 0 182,3 Соус сладкий+ 25 1,8 2,125 13,875 82 0,044 0 147,2 Блины+ 70 4,74 2,879 29,64 147,08 0,096 0	0,038	0,038		16,45	1,833	
0,44 Сок фруктовый+ 203 1,015 0,203 28,014 108,889 0,041 0 92,1 Суп с крупой (рис)++ 200 2,504 4,504 14 109,84 0,08 0 250,1 Котлеты+ 79 12,739 7,703 7,703 150,1 0,049 0 330,1 Горох отварной+ 150 12,804 4,074 29,25 205,5 0,567 0 528 Соус красный основной+ 25 0,272 0,524 1,499 11,965 0,006 0 Итого: 792 39,714 21,89 98,959 746,294 0,881 0 182,3 Соус сладкий+ 25 1,8 2,125 13,875 82 0,044 0 182,3 Соус сладкий+ 25 1,8 2,125 13,875 82 0,044 0 182,3 Соус сладкий+ 25 1,64 10,304 52,915 332,48 0,19 Ужин	0,04	0,04		7,5	0,4	
92,1 (рис)++ 200 2,504 4,504 14 109,84 0,08 0 250,1 Котлеты+ 79 12,739 7,703 7,703 150,1 0,049 0 330,1 Горох отварной+ 150 12,804 4,074 29,25 205,5 0,567 0 528 основной+ 25 0,272 0,524 1,499 11,965 0,006 0 Итого: 792 39,714 21,89 98,959 746,294 0,881 0 Полдник Молоко 37,1 5,3 9,4 103,4 0,05 0 182,3 Соус сладкий+ 25 1,8 2,125 13,875 82 0,044 0 147,2 Блины+ 70 4,74 2,879 29,64 147,08 0,096 0 Ужин 0,1 Хлеб пшеничный+ 29 2,204 0,261 13,537 66,584 0,046 0 90,2 (горбуша)++ 33 Чай с сахаром+ 2	0,02	0,02	4,06	40,6	0,812	
330,1 Сорс красный основной+ 25 0,272 0,524 1,499 11,965 0,006 0 0 0 0 0 0 0 0 0	0,013	0,013	0,666	13,376	0,656	
Соус красный основной+ 25 0,272 0,524 1,499 11,965 0,006 0 0 0 0 0 0 0 0 0	0,099	0,099	0,111	30,267	0,815	
528 основной+ 25 0,272 0,524 1,499 11,965 0,006 0 Итого: 792 39,714 21,89 98,959 746,294 0,881 0 Полдник Молоко 200 5,1 5,3 9,4 103,4 0,05 0 182,3 Соус сладкий+ 25 1,8 2,125 13,875 82 0,044 0 147,2 Блины+ 70 4,74 2,879 29,64 147,08 0,096 0 Итого: 295 11,64 10,304 52,915 332,48 0,19 0 Ужин Олинареньичный+ 29 2,204 0,261 13,537 66,584 0,046 0 90,2 (горбуша)++ 33 Чай с сахаром+ 200 0,2 0,04 49 0 89,1 Фрикадельками+ 200 1,9 2,2 14 86,6 0,08 0 89,1 Фрикадельками+ 454	0,567	0,567		89,925	4,815	
Полдник	0,005	·	1,175	0,88	0,076	
Молоко з7,1 кипячённое+ 200 5,1 5,3 9,4 103,4 0,05 0 182,3 Соус сладкий+ 25 1,8 2,125 13,875 82 0,044 0 147,2 Блины+ 70 4,74 2,879 29,64 147,08 0,096 0 Итого: 295 11,64 10,304 52,915 332,48 0,19 0 Ужин 0,1 Хлеб пшеничный+ 29 2,204 0,261 13,537 66,584 0,046 0 Фрикадельки рыбные рыбные 25 4,51 0,33 0,52 22,75 0,02 0 90,2 (горбуша)++ 33 Чай с сахаром+ Суп картофельный с рыбными с рыбными 200 0,2 0,04 49 0 89,1 фрикадельками+ 454 8,814 2,791 28,097 224,934 0,146 0	0,807	0,807	24,012	214,088	9,995	
37,1 кипячённое+ 200 5,1 5,3 9,4 103,4 0,05 0 182,3 Соус сладкий+ 25 1,8 2,125 13,875 82 0,044 0 0 147,2 Блины+ 70 4,74 2,879 29,64 147,08 0,096 0 0 0 0 0 0 0 0 0				<u> </u>		
147,2 Блины+ 70 4,74 2,879 29,64 147,08 0,096 0 Итого: 295 11,64 10,304 52,915 332,48 0,19 0 Ужин 0,1 Хлеб пшеничный+ 29 2,204 0,261 13,537 66,584 0,046 0 Фрикадельки рыбные 25 4,51 0,33 0,52 22,75 0,02 0 90,2 (горбуша)++ 33 Чай с сахаром+ 200 0,2 0,04 49 0 Суп картофельный с рыбными 200 1,9 2,2 14 86,6 0,08 0 89,1 фрикадельками+ 454 8,814 2,791 28,097 224,934 0,146 0	0,16	0,16	1,04	220,4	0,1	
Итого: 295 11,64 10,304 52,915 332,48 0,19 0 Ужин 0,1 Хлеб пшеничный+ 29 2,204 0,261 13,537 66,584 0,046 0 Фрикадельки рыбные рыбные рыбные 25 4,51 0,33 0,52 22,75 0,02 0 90,2 (горбуша)++ 33 Чай с сахаром+ Чай с сахаром+ Суп картофельный с рыбными с рыбными с рыбными дольный фикадельками+ 200 1,9 2,2 14 86,6 0,08 0 89,1 фрикадельками+ Итого: 454 8,814 2,791 28,097 224,934 0,146 0	0,095	0,095	0,25	76,75	0,05	
Ужин 29 2,204 0,261 13,537 66,584 0,046 0 Фрикадельки рыбные рыбные 25 4,51 0,33 0,52 22,75 0,02 0 90,2 (горбуша)++ 33 Чай с сахаром+ Чай с сахаром с рыбными с рыбными с рыбными с рыбными в рай с рай с рыбными в рай с ра	0,035			12,8	0,928	
0,1 Хлеб пшеничный+ 29 2,204 0,261 13,537 66,584 0,046 0 Фрикадельки рыбные 25 4,51 0,33 0,52 22,75 0,02 0 90,2 (горбуша)++ 33 Чай с сахаром+ 200 0,2 0,04 49 0 Суп картофельный с рыбными 200 1,9 2,2 14 86,6 0,08 0 89,1 фрикадельками+ 454 8,814 2,791 28,097 224,934 0,146 0	0,29	0,29	1,29	309,95	1,078	
Фрикадельки рыбные 25 4,51 0,33 0,52 22,75 0,02 (190,2) (горбуша)++ 200 0,2 0,04 49 (200 картофельный с рыбными 200 1,9 2,2 14 86,6 0,08 0 49 (200 картофельками+ 200 картофельками+ 20	0.017	0.017		6.67	0.551	
рыбные 25 4,51 0,33 0,52 22,75 0,02 (10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 1	0,017	U,U17		6,67	0,551	
90,2 (горбуша)++ 200 0,2 0,04 49 0 0 0 0 0 0 0 0 0	0,03	0,03	0,46	12,31	0,26	
Суп картофельный с рыбными 200 1,9 2,2 14 86,6 0,08 0 фрикадельками+ Итого: 454 8,814 2,791 28,097 224,934 0,146 0	ì	·			·	
с рыбными 200 1,9 2,2 14 86,6 0,08 0 фрикадельками+ Итого: 454 8,814 2,791 28,097 224,934 0,146 0	0,01	0,01	0,1	4,4	0,86	
Итого: 454 8,814 2,791 28,097 224,934 0,146 (0,053	0,053	7,413	16,12	0,853	
	0,11	0.11	7,973	39,5	2,524	
				1		
Итого спалное 22	1,606	1,606	46,854	037,136	19,598	
Итого среднее за 10 дней: 75,449 67,006 284,891 2 015,347 1,091	6,6	6,6	164,259	916,907	18,479	

Стоимость рациона:	219,14 руб.	
Стоимость по плану	215 руб.	
Средняя стоимость за 10 дней:	210 руб.	
Шеф-повар:		_/ <u>Бай О. В.</u>
Врач(диетсестра):		
Бухгалтер:		_/ Фарукова Р. М.