

" УТВЕРЖДАЮ"
Заведующий МАДОУ города
Нижневартовска ДС №21
"Звездочка"
Крамчанинова Г. А.
М. П. 21 мая 2024 г.
Подпись _____

День: 3
Неделя: 2
Сезон: Весна-лето сад
Возрастная категория: Дети - сад

Ежедневное меню
на 22 мая 2024 г.

№ рецепт уры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетиче ская ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак										
271,1	Консервированная кукуруза порциями+	60	1,116	0,226	8,432	40	0,012	0,012	2,88	3	0,24
	Итого:	60	1,116	0,226	8,432	40	0,012	0,012	2,88	3	0,24
	Обед										
300,2	Клёцки+	22	1,286	1,217	5,319	37,402	0,018	0,03		15,154	0,14
	Зелень в суп+	3	0,078	0,018	0,12	0,9		0,006	3	6,69	0,048
216,1	Помидоры свежие порциями+	60	0,7	0,1	2,3	12,4	0,04	0,02	15	8,4	0,54
	Суп картофельный с клецками+	198	2,724	3,778	18,066	117,216	0,087		9,132	20,228	0,824
260	Плов из птицы*+										
	Итого:	283	4,788	5,113	25,804	167,918	0,145	0,056	27,132	50,472	1,552
	Полдник										
37,1	Молоко кипячённое+	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
	Ватрушка с повидлом+	35	2,59	1,11	24,755	108,73	0,047	0,029	0,035	9,285	0,685
	Итого:	235	7,69	6,41	34,155	212,13	0,097	0,189	1,075	229,685	0,785
	Ужин										
115,1	Пудинг рыбный+	59	9,293	2,729	4,13	77,954	0,052	0,074	0,45	36,322	0,59
	Кисель из плодов шиповника+	200	0,3		25,312	107,42		0,04	35,2	8,75	1,86
485	Салат «Солнышко»	100	5,5	13,267	4,033	157,467	0,052		3,95	191,633	0,907
	Итого:	359	15,093	15,995	33,475	342,84	0,103	0,114	39,6	236,705	3,357
	Итого за день:	937	28,687	27,744	101,867	762,888	0,357	0,371	70,687	519,862	5,933
	Итого среднее за 10 дней:		74,076	66,014	288,063	2 024,292	1,093	5,122	182,255	912,64	18,457

Стоимость рациона 254,68 руб.
Стоимость по плану 215 руб.

Средняя стоимость
за 10 дней: 210,61 руб.

Повар: _____ / Аббасова Г. А.

Врач(диетсестра): _____ /

Бухгалтер: _____ / Фарукова Р. М.