" УТВЕРЖДАЮ"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00A9B36DD7800C9B480B81E8EF03DEFB36
Владелец: Дементьева Инна Владимировна
Действителен: с 28.03.2023 до 20.06.2024

Заведующий МАДОУ
г.Нижневартовска ДС № 32
"Брусничка"
Дементьева И. В.
М. П. 15 ноября 2023 г.
Подпись _____

День: 4
Неделя: 1
Сезон: Осень-зима ясли
Возрастная категория: Дети Ясли

Ежедневное меню
на 16 ноября 2023 г.

№ рецептуры	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										
0,34	Вода питьевая+	201								9,045	0,002
0,19	Бутерброд с маслом и сыром+	7,383/4, 999/30, 288	2,5	6,73	0,06	74,35	70,8		0,01	108,2	0,13
5,1	Каша геркулес молочная+	150	6,1	5,1	21,9	136	0,12	0,17	0,72	155,8	0,89
34	Чай с молоком+	150	1,6	1,6	12,4	70,4	0,01	0,06	0,36	56,25	0,89
	Итого:	**542**	**10,2**	**11,43**	**75,36**	**280,75**	**70,93**	**0,23**	**1,09**	**329,295**	**1,912**
	Завтрак 2ой										
0,29	Яблоко+	90	0,036	0,036	8,82	70,412	0,026	0,018	148,5	14,4	1,98
	Итого:	**90**	**0,036**	**0,036**	**35,82**	**70,412**	**0,026**	**0,018**	**148,5**	**14,4**	**1,98**
	Обед										
79,1	Рассольник домашний+	151	1,409	3,121	8,758	70,963	0,05	0,04	6,634	18,09	0,614
0,13	Сметана в суп+	6	0,18	0,6	0,18	16,78			0,04	5,4	
239,1	Мясо для супа (куры)+	15	11,97	11,445	0,143	70,2	0,068		1,695	17,768	1,05
63,1	Салат из квашеной капусты и свеклы+	40	0,6	1,9	4,1	35,9	0,01	0,01	6,81	16,76	0,4
104,2	Картофельное пюре+	100	2,12	2,72	13,99	90,67	0,086	0,073	7,206	24,69	0,73
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду)+	25	0,5	1,2	1,9	20,2	0,01	0,02	0,07	14,98	0,04
116,1	Суфле рыбное+	70	11,223	2,135	0,093	70,423	0,058	0,093	0,49	28,525	0,665
273,5	Напиток апельсиновый+	150	0,14	0,03	14,19	50,37	0,01		9	5,64	0,1
0,09	Хлеб ржаной+	39	2,574	0,468	13,338	69,059	0,068	0,029		13,65	1,521
0,01	Соль+	3								11,04	0,087
	Итого:	**599**	**14,74**	**23,619**	**55,692**	**490,566**	**0,36**	**0,266**	**31,945**	**156,542**	**5,207**
	Полдник										
0,4	Пряники+	29	2,436	3,85	24,273	124,651	0,025	0,017		9,454	0,684
281,1	Ряженка*+	170	4,93	4,25	7,14	86,133	0,034	0,023	0,51	210,8	0,17
	Итого:	**199**	**8,45**	**8,1**	**38,413**	**210,784**	**0,059**	**0,04**	**0,51**	**220,254**	**0,854**
	Ужин										
16,1	Сырники из творога+	136	10,064	4,814	171,914	259,2	0,082	0,326	0,299	194,738	0,952
182,1	Соус молочный (сладкий)+	10	0,2	0,4	15,5	10		0,01	0,03	6,17	0,02
134,1	Кисель из сока+	152	0,304		18,866	81,148	0,01	0,01	7,296	10,751	0,172
	Итого:	**298**	**10,568**	**5,214**	**203,28**	**350,348**	**0,092**	**0,347**	**7,625**	**211,66**	**1,144**
	Итого за день:	**1 728**	**42,887**	**47,399**	**203,565**	**1 400,859**	**71,467**	**0,9**	**189,67**	**932,151**	**11,098**
	Итого среднее за 10 дней:		**42,404**	**47,732**	**203,985**	**1 400,993**	**22,049**	**1,009**	**138,626**	**731,263**	**25,667**

Стоимость рациона руб.
Стоимость по плану 185 руб.

стоимость за 10 дней: 142,28 руб.

Шеф повар: _____/ Гумерова Э. .

Мед.сестра: _____/ Лямасова Г. В.

Бухгалтер: _____/ Аристова Е. А.