" 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. 28 ноября 2023 г.
Подпись _____

День: 3
Неделя: 1
Сезон: Осень-зима ясли
Возрастная категория: Дети Ясли

Ежедневное меню
на 29 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										
0,25	Батон нарезной+	29	2,204	0,261	13,543	70,594	0,046	0,017		6,67	0,551
271,1	Консервированная кукуруза порциями+	40	0,744	0,15	5,621	26,81	0,008	0,008	1,92	2	0,16
24,1	Омлет с сыром+	59	7,473	7,67	1,18	131,267	0,029	0,177	0,138	109,592	0,973
35,1	Кофейный напиток+	144	1,824	1,152	10,284	53,603	0,048	0,182	0,835	171,706	0,422
	Итого:	**272**	**12,245**	**9,233**	**30,628**	**280,274**	**0,132**	**0,385**	**2,893**	**289,968**	**2,107**
	Завтрак 2ой										
0,34	Вода питьевая+	149								6,705	0,001
0,28	Апельсины+	100	0,9	0,2	8,1	70,18	0,04	0,003	60	34	0,3
	Итого:	**249**	**0,9**	**0,2**	**8,1**	**70,18**	**0,04**	**0,003**	**60**	**40,705**	**0,301**
	Обед										
70,1	Борщ сибирский+	150	2,3	2,5	9,2	68,9	0,04	0,03	4,67	29,74	0,96
220,1	Мясо для супа+	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3
0,13	Сметана в суп+	6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4	
0,2	Чеснок+	2	0,13	0,01	0,598	3	0,001	0,001	0,2	3,6	0,03
230	Масло сливочное для подачи к блюдам+	5	0,04	3,63	0,06	33,03		0,1		1,2	0,01
204,1	Гречка рассыпчатая+	100	6,01	1,56	30,39	50,07	0,16	0,086		13,03	3,06
119,1	Гуляш из отварной говядины+	60	14,5	4,31	2,95	107,18	0,07	0,13	1,02	13,76	1,35
60,2	Икра морковная+	40	1,1	3,7	5,8	57,3	0,02	0,02	3,31	17	0,76
481	Кисель из брусники	151	0,091	0,06	11,17	45,662			2,265	6,654	0,111
0,09	Хлеб ржаной+	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль+	3								11,04	0,087
	Итого:	**577**	**32,191**	**20,25**	**74,028**	**490,152**	**0,371**	**0,427**	**11,505**	**121,424**	**8,228**
	Полдник										
334	Плюшка новомосковская+	60	4,1	3,6	32,65	140	0,086		0,031	18,1	0,66
37,1	Молоко кипячённое+	135	3,51	3,6	6,39	70,02	0,036	0,144	0,702	138,042	0,063
	Итого:	**195**	**7,61**	**7,2**	**39,04**	**210,02**	**0,122**	**0,144**	**0,733**	**156,142**	**0,723**
	Ужин										
241	Запеканка картофельная с печенью*+	135	7,64	3,91	20,036	240	0,18	0,61	4,08	17,5	2,79
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду)+	24	0,48	1,152	1,824	35,392	0,01	0,019	0,067	14,381	0,038
0,44	Соки, нектары фруктовые (в ассортименте)+	158									
0,1	Хлеб пшеничный+	30	2,64	0,48	13,68	75,8	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	**347**	**10,76**	**5,542**	**35,54**	**350,192**	**0,26**	**0,659**	**4,147**	**45,881**	**4,388**
	Итого за день:	**1 640**	**63,706**	**42,425**	**187,335**	**1 400,818**	**0,924**	**1,618**	**79,278**	**654,12**	**15,747**

	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: 159,03 руб.

Шеф повар: _____/ Гумерова Э. .

Мед.сестра: _____/ Лямасова Г. В.

Бухгалтер: _____/ Аристова Е. А.