

КОПИЯ ВЕРНА

День: 2
Неделя: 2
Сезон: весна лето ясли 2022
Возрастная категория: 10 часовая ГКП

" УТВЕРЖДАЮ":
МБДОУ ДС № 9 "Малахитовая
шкатулка"
Ефимова В. Н.
М. П. 1 апреля 2022 г.
Подпись _____

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
	Завтрак											
36,2	Какао на молоке+	11,88	165	3,806	3,41	15,393	107,503	0,066		2,145	198,374	0,198
17,5	Суп молочный с крупой (манная)++	4,46	150	2,6	2,8	11	80,6	0,05	0,17	0,84	164,78	0,17
266	Бутерброды с джемом+	1,63	19,091/3,182/12,727	1,597	2,501	18,378	102,455	0,032	0,019	0,305	6,682	0,439
	Итого:			8,003	8,711	44,772	290,558	0,148	0,189	3,29	369,836	0,807
	Завтрак 2ой											
0,31	Черешня+	26,53	90	0,99	0,36	9,54	43,452	0,008	0,008	13,5	29,7	1,62
	Итого:			0,99	0,36	9,54	43,452	0,008	0,008	13,5	29,7	1,62
	Обед											
222	Зелень в суп+		2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
230,1	Масло сливочное для подачи к блюдам+		3	0,026	2,173	0,039	19,813		0,004		0,72	0,004
220,2	Говядина тушеная (консервированная) для супа		25	3,95	3,74	0,05	49,64	0,01	0,03	12	3,08	0,52
0,09	Хлеб ржаной+	1,52	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
0,44	Сок фруктовый+	6,15	150	0,45		20,69	80,42	0,03	0,01	3	26,99	0,6
99,1	Суп-пюре из бобовых+	0,99	150	4,2	1,2	10,9	74,1	0,08	0,04	0,5	32,07	1,15
0,01	Соль+	0,04	3								11,04	0,087
476	Хлебцы рыбные паровые (семга)	1,61	60	11	6	3,3	110,9	0,17		0,8	34,17	1
216,1	Помидоры свежие порциями+	5,42	40	0,4	0,1	1,5	8,3	0,02	0,02	10	5,6	0,36
164,1	Картофель отварной+		110	2,189	2,585	16,874	105,259	0,102	0,073	9,071	11,014	0,924
	Итого:			24,905	16,288	67,113	519,862	0,482	0,217	40,371	149,834	6,285
	Ужин											
	Батон плетёнка с маком	2,1	30									
25,2	Запеканка из творога+	24,5	100	19,87	3,32	16,54	169,36	0,05	0,21	0,23	119,91	0,54
182,3	Соус сладкий+		25	1,8	2,125	13,875	82	0,044	0,095	0,25	76,75	0,05
33	Чай с сахаром+	1,09	170	0,181		0,034	46,24		0,011	0,091	4,579	0,759
	Итого:			21,851	5,445	30,449	297,6	0,094	0,316	0,571	201,239	1,349
	Итого за день:			55,749	30,804	151,873	1 151,471	0,733	0,731	57,732	750,609	10,062

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 87,92 руб.
Стоимость за 10: 95,29 руб.

Шеф повара: _____ / Артамонова Г. П.
Мед.Сестра: _____ / Муртазина З. Ф.
Бухгалтер: _____ / Казынкина И. П.