" УТВЕРЖДАЮ":
МБДОУ ДС № 9 "Малахитовая шкатулка"
Ефимова Валентина Николаевна
М. П.
Подпись
1 сентября 2017 г.

День: 4
Неделя: 2
Сезон: Осень-зима ясли
Возрастная категория: Дети-ясли

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецертуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	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+		30	2,28	0,27	14,01	68,89	0,048	0,018		6,9	0,57
17,4	Суп молочный с крупой (ячневая)++		150	2,6	2,8	11	80,6	0,05	0,17	0,84	164,78	0,17
36,2	Какао на молоке+		150	3,46	3,1	15,99	105,69	0,06		1,95	180,34	0,18
	Итого:			**8,34**	**6,17**	**41**	**255,18**	**0,158**	**0,188**	**2,79**	**352,02**	**0,92**
	Завтрак 2ой											
0,39	Сок морковный+		150	0,45		20,69	80,42	0,03	0,01	3	26,99	0,6
	Итого:			**0,45**		**20,69**	**80,42**	**0,03**	**0,01**	**3**	**26,99**	0,6
	Обед											
129,1	Кисель из клюквы+		150	0,1		23,7	98,5			0,09	4,86	0,12
60,1	Икра свекольная+		40	1,1	3,7	5,8	57,3	0,02	0,02	3,31	17	0,76
0,13	Сметана в суп+		8	0,24	0,8	0,24	9,04			0,053	7,2	
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
255,2	Голубцы ленивые +		150	10,02	12,51	11,9	200,08	0,078		37,09	52,15	2,18
82,1	Суп крестьянский с крупой+		150	1,5	3,2	8	67,5	0,04	0,02	5,03	17,1	0,49
183	Соус сметанный+		25	0,4	0,5	1,4	12,1		0,01	0,01	5,52	0,04
	Итого:			**16**	**21,19**	**64,72**	**515,35**	**0,208**	**0,08**	**45,583**	**128,87**	5,237
	Полдник											
0,18	Вафли+		10	0,24	0,21	6	26,04	0,003	0,001		0,75	0,045
37,1	Молоко кипячённое+		200	5,2	5,333	9,467	103,733	0,053	0,213	1,04	204,507	0,093
	Итого:			**5,44**	**5,543**	**15,467**	**129,773**	**0,056**	**0,214**	**1,04**	**205,257**	0,138
	Ужин											
140,1	Напиток яблочный+		150	0,1	0,1	19,8	76,2	0,01		30,92	3,36	0,47
230	Масло сливочное для подачи к блюдам+		3	0,024	2,178	0,036	19,818		0,06		0,72	0,006
180,1	Вареники ленивые+		120	14,8	14,26	20,96	272,1	0,06	0,24	0,2	130,88	0,78
0,1	Хлеб пшеничный+		30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,053	0,023		10,5	1,17
	Итого:			**16,904**	**16,898**	**51,056**	**421,218**	**0,123**	**0,323**	**31,12**	**145,46**	**2,426**
	Итого за день:			**47,134**	**49,801**	**192,933**	**1 401,941**	**0,574**	**0,815**	**83,533**	**858,597**	9,321

Стоимость рациона: 165,82 руб.
Стоимость по плану: 0 руб.
Стоимость за 10: 0 руб.

Старшая медсестра: _____ / Муртазина Зинфира Фаритовна

Бухгалтер: _____ / Костромитина Людмила Андреевна