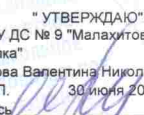


День: 4
Неделя: 1
Сезон: Лето-осень ясли(2017)
Возрастная категория: Дети-ясли

" УТВЕРЖДАЮ":
МБДОУ ДС № 9 "Малахитовая
шкатулка"
Ефимова Валентина Николаевна
М. П. 30 июня 2017 г.
Подпись: 

Примерное двухнедельное циклическое 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	Са	Fe
	Завтрак											
35,2	Кофейный напиток+		150	1,9	1,2	16,7	81,8	0,05	0,19	0,87	178,86	0,44
100	Бутерброд с сыром+		3/10,838/25	4,73	6,88	14,56	139	0,05	0,05	0,07	96,1	0,71
8,1	Каша кукурузная молочная+		150	8,7	4,1	38,1	227,4	0,08	0,17	0,7	148,06	1,26
1	Масло в кашу+		3	0,024	2,178	0,036	19,818		0,006		0,72	0,006
	Итого:			15,354	14,358	69,396	468,018	0,18	0,416	1,64	423,74	2,416
	Завтрак 2ой											
0,31	Черешня+		750	8,25	3	79,5	362,1	0,07	0,07	112,5	247,5	13,5
	Итого:			8,25	3	79,5	362,1	0,07	0,07	112,5	247,5	13,5
	Обед											
239,1	Мясо для супа (куры)+		20	15,96	15,26	0,19	201,6	0,09		2,26	23,69	1,4
222	Зелень в суп+		2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
228,1	Перец, фаршированный мясом и рисом+		135	9,24	5,6	9,28	124	0,06	0,51	71,6	15,3	1
183	Соус сметанный+		25	0,4	0,5	1,4	12,1		0,01	0,01	5,52	0,04
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
59,1	Икра овощная ++		40	1	2,7	4,7	41,5	0,03	0,03	5,4	19,7	0,46
87,1	Суп картофельный с макаронными изделиями+		150	1,7	1,1	11,9	67,1	0,06	0,04	4,17	12,13	0,57
140,1	Напиток яблочный+		150	0,1	0,1	19,8	76,2	0,01		30,92	3,36	0,47
	Итого:			31,09	25,75	61,03	593,93	0,32	0,63	119,36	115,89	5,667
	Полдник											
37,1	Молоко кипяченое+		200	5,2	5,333	9,467	103,733	0,053	0,213	1,04	204,507	0,093
0,18	Вафли+		10	0,24	0,21	6	26,04	0,003	0,001		0,75	0,045
	Итого:			5,44	5,543	15,467	129,773	0,056	0,214	1,04	205,257	0,138
	Ужин											
	Батон плетёнка с маком		30									
16,1	Сырники из творога+		100	7,4	3,54	8,76	95	0,06	0,24	0,22	143,19	0,7
182,1	Соус молочный (сладкий)+		10	0,2	0,4	1,5	10		0,01	0,03	6,17	0,02
275	Компот из консервированных плодов+		150	0,12		23	93,3	0,012	0,024	1,8	6,3	0,33
	Итого:			7,72	3,94	33,26	198,3	0,072	0,274	2,05	155,66	1,05
	Итого за день:			67,854	52,591	258,653	1 752,121	0,698	1,604	236,59	1 148,047	22,771

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 0 руб.
Стоимость за 10: 0 руб.

Старшая медсестра:  / Муртаева Зинфира Фаритовна

Бухгалтер: _____ / Костромитина Людмила Андреевна