

День: 5
 Неделя: 2
 Сезон: осень - зима сад (примерное)
 Возрастная категория: сад



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													
	268	Бутерброды с маслом+	5,6	33,333/6,667	2,722	8,389	16,244	151,111	0,056	0,033		10,333	0,689
	35,1	Кофейный напиток+	11,44	200	2,5	1,6	22,3	109,1	0,06	0,25	1,15	40,86	0,59
	24,1	Омлет с сыром+	8,64	80	10,1	10,3	1,5	138,7	0,04	0,24	0,19	148,6	1,33
	271,1	Консервированная кукуруза порциями+	9,6	60	1,116	0,226	8,432	40	0,012	0,012	2,88	3	0,24
		Итого:			16,438	20,515	48,476	438,911	0,168	0,535	4,22	202,793	2,849
Завтрак 2ой													
	0,21	Мандарины+	15,14	80	0,64	0,16	6	30,4	0,048	0,024	30,4	28	0,08
		Итого:			0,64	0,16	6	30,4	0,048	0,024	30,4	28	0,08
Обед													
	222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
	255,2	Голубцы ленивые +	29,96	200	12,8	15,99	15,21	255,67	0,1		47,39	66,64	2,78
	183	Соус сметанный+	1,3	50	0,767	1,033	2,833	24,267	0,017	0,017	0,017	11,033	0,083
	0,44	Сок фруктовый+	21,21	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
	0,09	Хлеб ржаной+	0,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
	0,01	Соль+	0,06	6								22,08	0,174
	215,1	Огурцы свежие порциями+	3,79	60	0,4	0,06	1,1	6,6	0,02	0,01	4,2	10,2	0,3
	65,1	Борщ+	3,77	250	1,75	4,88	10,12	90	0,033	0,033	8,85	40,43	1,033
		Итого:			20,147	22,793	74,163	573,827	0,3	0,13	69,457	219,033	7,2
Полдник													
	0,4	Пряники+	4,5	50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
	37,1	Молоко кипяченое+	8,8	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
		Итого:			6,78	7,955	26,14	201,09	0,067	0,172	1,04	226,92	0,572
Ужин													
	114,1	Фрикадельки рыбные+	8,03	60	10,05	1,5	5,4	73,05	0,06	0,083	0,473	39,278	0,69
	104,2	Картофельное пюре+	7,98	150	3,18	4,09	20,99	139,01	0,13	0,11	10,81	37,04	1,1
	0,1	Хлеб пшеничный+	2,1	50	6,333	0,75	38,9	191,333	0,133	0,05		19,167	1,583
	33	Чай с сахаром+	1,22	200	0,2		0,04	49		0,01	0,1	4,4	0,86
		Итого:			19,763	6,34	65,33	452,393	0,323	0,253	11,383	99,884	4,233
		Итого за день:			63,768	57,763	220,11	1 696,621	0,906	1,114	116,499	776,631	14,935

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 144,54 руб.
 Стоимость за 10: 154,99 руб.
 Старшая медсестра: М. М. Мельникова

Бухгалтер: Ю. Ю. Юрлова ИИ

День: 4
 Неделя: 2
 Сезон: осень - зима сад (примерное)
 Возрастная категория: сад



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		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак											
7,1	Каша пшеничная молочная+	8,18	200	11,6	5,5	50,8	303,2		24	0,93	185,94	2,66
0,25	Батон городской+	2,1	30	2,28	0,27	14,01	68,898	0,048	0,018		6,9	0,57
37,1	Молоко кипяченое+	6,6	150	3,825	3,975	7,05	77,55	0,038	0,12	0,78	165,3	0,075
	Итого:			17,705	9,745	71,86	449,648	0,086	24,138	1,71	358,14	3,305
	Завтрак 2ой											
0,02	Бананы+	11,33	80	1,2	0,08	16,8	69,84	0,032	0,04	8	6,4	0,48
	Итого:			1,2	0,08	16,8	69,84	0,032	0,04	8	6,4	0,48
	Обед											
112,1	Котлеты рыбные+	23,39	80	14,6	2,3	8,2	109,8	0,07	0,1	1	47,66	0,64
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
164,1	Картофель отварной+	4,48	130	2,583	3,051	19,942	124,401	0,121	0,087	10,721	13,017	1,092
325	Соус белый основной+	0,8	30	0,3	1,23	1,14	16,8	0,003	0,006		4,2	0,06
0,01	Соль+	0,06	6								22,08	0,174
0,09	Хлеб ржаной+	0,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
58	Икра кабачковая+	5,9	60	1,4	4,6	7,4	66,8	0,04	0,04	10,7	26,49	0,73
273	Напиток "Валитек"+	5,76	180	0,306	0,162	28,161	119,808			1,152	7,776	1,872
239,1	Мясо для супа (куры)+	6,28	20	9,576	9,16	0,112	120,96	0,054		1,356	14,216	0,84
85,1	Суп картофельный с крупой+	2,88	200	2,7	2,8	19,6	119,4	0,05	0,04	4,15	12,48	0,58
	Итого:			34,895	23,933	101,855	767,979	0,428	0,323	34,079	176,569	8,018
	Полдник											
281,1	Ряженка*+	11,16	180	5,22	4,5	7,56	92	0,04	0,023	0,54	223,2	0,18
147,2	Блины+	4,85	80	5,417	3,29	33,874	168,091	0,11	0,04		14,629	1,061
	Итого:			10,637	7,79	41,434	260,091	0,15	0,063	0,54	237,829	1,241
	Ужин											
133	Кисель из плодов шиповника+	3,1	200	0,3		31,3	131,3		0,04	35,2	8,75	1,86
182,1	Соус молочный (сладкий)+	1,46	25	0,5	1	3,75	25		0,025	0,075	15,425	0,05
178,1	Лапшевник с творогом+	19,45	220	20,801	3,685	52,041	316,833	0,11	0,176	0,171	102,168	1,276
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	5,067	0,6	31,12	153,067	0,107	0,04		15,333	1,267
	Итого:			26,668	5,285	118,211	626,2	0,217	0,281	35,446	141,676	4,453
	Итого за день:			91,104	46,833	350,16	2 173,758	0,912	24,845	79,774	920,614	17,496

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 120,86 руб.
 Стоимость за 10: 154,99 руб.
 Старшая медсестра: *М. П. Гаманистова*

Бухгалтер: *Ю. Ю. Юрсова*



" УТВЕРЖДАЮ"
 МАДОУ г.Нижнеарттовска ДС 78
 "Серебряное кольцо"
 Гаманисова Т.Н.
 М. П. 29 сентября 2017 г.
 Подпись

День: 3
 Неделя: 2
 Сезон: осень - зима сад (примерное)
 Возрастная категория: сад

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		B1	B2	C	Ca	Fe
Завтрак												
8,1	Каша кукурузная молочная+	8,66	200	11,6	5,5	50,8	303,2	0,11	0,23	0,93	197,43	1,68
36,2	Какао на молоке	9,98	200	4,61	4,14	21,38	141,15	0,08		2,6	240,45	0,25
266	Бутерброды с джемом+	4,15	3,636/21,81 8/14,545	1,825	2,858	21,004	117,091	0,036	0,022	0,349	7,636	0,502
	Итого:			18,035	12,498	93,184	561,441	0,226	0,252	3,879	445,516	2,432
Завтрак 2ой												
0,28	Апельсины+	9,55	80	0,72	0,16	6,48	28,944	0,032	0,024	48	27,2	0,24
	Итого:			0,72	0,16	6,48	28,944	0,032	0,024	48	27,2	0,24
Обед												
74,1	Щи из свежей капусты с картофелем+	3,5	250	2	4,88	7,13	78,88	0,05	0,05	12,53	36,98	0,73
0,13	Сметана в суп+	0,76	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
227,1	Плов из отварной говядины+	32,36	230	14,99	16,56	44,07	385,48	0,13		7,82	34,43	3,17
0,04	Сок тыквенный+	8,8	200	1		24,2	95,96	0,02	0,04	2,4	26	0,4
0,09	Хлеб ржаной+	0,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
216,1	Помидоры свежие порциями+	5,65	60	0,7	0,1	2,3	12,4	0,04	0,02	15	8,4	0,54
0,01	Соль+	0,03	3								11,04	0,087
	Итого:			22,36	22,97	95,22	671,77	0,33	0,18	42,8	152,7	6,977
Полдник												
0,14	Печенье+	50	50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
37,1	Молоко кипяченое+	7,92	180	4,59	4,77	8,46	93,06	0,045	0,144	0,936	198,36	0,09
	Итого:			6,27	7,425	25,2	190,75	0,062	0,156	0,936	204,88	0,562
Ужин												
171,1	Запеканка овощная+	13,28	200	6,85	7,66	40,05	247,07	0,19	0,16	21,8	81,37	2,24
314,1	Соус томатный+	3,49	80	1,36	3,6	6,24	64	0,016	0,016	2,24	16	0,56
33	Чай с сахаром+	1,22	200	0,2		0,04	49		0,01	0,1	4,4	0,86
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	5,067	0,6	31,12	153,067	0,107	0,04		15,333	1,267
	Итого:			13,477	11,86	77,45	513,137	0,313	0,226	24,14	117,103	4,927
	Итого за день:			60,862	54,913	297,534	1 966,042	0,963	0,838	119,755	947,4	15,137

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 162,43 руб.
 Стоимость за 10: 154,99 руб.
 Старшая медсестра: *М. Мещеряков*

Бухгалтер: *Т. Юрлова*

День: 2
 Неделя: 2
 Сезон: осень - зима сад (примерное)
 Возрастная категория: сад



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		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак											
25,2	Запеканка из творога+	22,07	110	21,853	3,652	18,194	186,294	0,055	0,231	0,253	131,901	0,594
183	Соус сметанный+	0,78	30	0,46	0,62	1,7	14,56	0,01	0,01	0,01	6,62	0,05
0,25	Батон городской+	2,1	30	2,28	0,27	14,01	68,898	0,048	0,018		6,9	0,57
37,1	Молоко кипяченое+	6,6	150	3,825	3,975	7,05	77,55	0,038	0,12	0,78	165,3	0,075
	Итого:			28,418	8,517	40,954	347,302	0,151	0,379	1,043	310,721	1,289
	Завтрак 2ой											
0,04	Сок тыквенный+	8,8	200	1		24,2	95,96	0,02	0,04	2,4	26	0,4
	Итого:			1		24,2	95,96	0,02	0,04	2,4	26	0,4
	Обед											
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
123,1	Компот из свежих плодов (яблок)+	4,81	200	0,7	0,6	42,3	167,8	0,01	0,01	66	6,88	0,95
0,09	Хлеб ржаной+	0,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,01	Соль+	0,06	6								22,08	0,174
96,1	Суп с бобовыми+	5,15	250	8,32	5,55	19,18	157,6	0,16	0,06	1,8	65,06	2,32
277,1	Свекла тушеная с луком+	6,51	150	4,23	13,83	21,7	214,73	0,05	0,08	12,4	63,75	2,85
225,1	Запеканка из печени с рисом+	12,92	80	13,532	4,032	11,2	135,268	0,076		8,148	10,568	1,712
	Итого:			30,212	24,642	111,68	765,408	0,386	0,2	93,348	196,988	10,036
	Полдник											
299,1	Слойка с повидлом+	10,86	70	5,24	13,25	43,77	168,28	0,092	0,092	0,064	25,477	0,737
281	Кефир+	8,73	180	5,22	4,5	7,2	90	0,07	0,31	1,26	216	0,18
	Итого:			10,46	17,75	50,97	258,28	0,162	0,402	1,324	241,477	0,917
	Ужин											
132	Кисель из кураги+	8,22	200	1		40,9	173,9		0,03	0,04	24,66	0,59
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	5,067	0,6	31,12	153,067	0,107	0,04		15,333	1,267
246,5	Сёмга, запеченная с картофелем по-русски+	87,11	230	11,799	7,797	18,918	193,2			24,07	78,867	1,771
	Итого:			17,866	8,397	90,937	520,167	0,107	0,07	24,11	118,86	3,628
	Итого за день:			87,956	59,306	318,741	1 987,117	0,825	1,091	122,225	894,046	16,27

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 187,8 руб.
 Стоимость за 10: 154,99 руб.
 Старшая медсестра: М. Платонов

Бухгалтер: Т.Ю. Юмрова Д.М.

День: 1
 Неделя: 2
 Сезон: осень - зима сад (примерное)
 Возрастная категория: сад



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	Са	Fe
	Завтрак											
34	Чай с молоком+	3,67	200	1,9	1,9	14,8	83,9	0,02	0,08	0,48	75	1,19
100,2	Бутерброд с сыром+	9,45	15,957/30/5	7,15	8,02	19,39	178	0,07	0,09	0,11	160,4	0,92
18,1	Суп молочный с макаронными изделиями+	5,83	200	4,3	3,8	16,1	118,3	0,08	0,21	0,98	195,54	0,32
	Итого:			13,35	13,72	50,29	380,2	0,17	0,38	1,57	430,94	2,43
	Завтрак 2ой											
0,28	Апельсины+	11,94	100	0,9	0,2	8,1	36,18	0,04	0,03	60	34	0,3
	Итого:			0,9	0,2	8,1	36,18	0,04	0,03	60	34	0,3
	Обед											
83,1	Суп из овощей+	4,35	250	1,88	5	11	97,88	0,066	0,05	8,883	25,3	0,766
0,13	Сметана в суп+	0,76	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
0,01	Соль+	0,06	6								22,08	0,174
0,09	Хлеб ржаной+	0,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
316,1	Лечо (перез маринованный резанный болгарский в банках) порционно+	5,72	60	0,9	3,5	6	60	0,02	0,04	30,5	12	1,14
204,1	Гречка рассыпчатая+	4,32	150	9,02	2,34	45,59	216,11	0,24	0,13		19,55	4,59
263,1	Бефстроганов из говядины+	22,93	80	20,31	2,12	0,39	101,33	0,08	0,13	0,17	10	1,68
0,44	Сок фруктовый+	21,21	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
	Итого:			36,65	14,56	107,9	680,15	0,536	0,43	43,603	153,63	11,12
	Полдник											
37,1	Молоко кипячённое+	8,8	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
151,2	Булочки с изюмом+	6,68	70	7,044	6,309	44,8	237,615	0,131	0,114	0,158	55,77	1,558
	Итого:			12,144	11,609	54,2	341,015	0,181	0,274	1,198	276,17	1,658
	Ужин											
195	Морковь, тушенная с рисом и черносливом+	14,29	200	2,32	0,027	28,28	166,667	0,04	0,067	1,36	37,733	1,253
0,1	Хлеб пшеничный+	2,1	50	6,333	0,75	38,9	191,333	0,133	0,05		19,167	1,583
139,1	Напиток клюквенный+	8,02	200	0,1		24,9	95,13	0,01	0,01	3,75	3,98	0,22
	Итого:			8,753	0,777	92,08	453,13	0,183	0,127	5,11	60,88	3,057
	Итого за день:			71,797	40,866	312,57	1 890,675	1,11	1,241	111,481	955,62	18,565

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 130,33 руб.
 Стоимость за 10: 154,99 руб.
 Старшая медсестра: *М. П. Печкина*
 Бухгалтер: *Ю. Юшкова ДМ*

День: 5
 Неделя: 1
 Сезон: осень - зима сад (примерное)
 Возрастная категория: сад

" УТВЕРЖДАЮ":
 МАДОУ г. Нижнеартовска ДС 78
 "Серебряное копытце"
 Гаманисова Т.Н.
 М. П. 29 сентября 2017 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		B1	B2	C	Ca	Fe
Завтрак												
271,1	Консервированная кукуруза порциями+	9,6	60	1,116	0,226	8,432	40	0,012	0,012	2,88	3	0,24
35,1	Кофейный напиток+	10,29	180	2,25	1,44	20,07	98,19	0,054	0,225	1,035	36,774	0,531
268	Бутерброды с маслом+	5,6	6,667/33	2,722	8,389	16,244	151,111	0,056	0,033		10,333	0,689
15,1	Омлет натуральный+	7,6	80	8	8,2	1,6	111,8	0,04	0,22	0,12	54,56	1,28
Итого:				14,088	18,255	46,346	401,101	0,162	0,49	4,035	104,667	2,74
Завтрак 2ой												
0,29	Яблоко+	9,66	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2
Итого:				0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2
Обед												
220,1	Мясо для супа+	7,67	15	3,9	2,52		38,1	0,008	0,024		4,5	0,24
140,1	Напиток яблочный+	3,31	200	0,1	0,1	26,4	101,7	0,01	0,01	41,25	4,84	0,62
0,13	Сметана в суп+	0,95	10	0,3	1	0,275	11,3		0,025	0,063	9	0,025
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
164,1	Картофель отварной+	3,44	100	1,987	2,347	15,34	95,693	0,093	0,067	8,247	10,013	0,84
234,3	Рыба горбуша припущенная+	34,73	80	12,3	3,9		84	0,12	0,096	0,054	12	0,036
0,09	Хлеб ржаной+	0,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,01	Соль+	0,06	6								22,08	0,174
60,2	Икра морковная+	3,16	60	1,7	5,5	8,7	85,9	0,02	0,03	4,96	25,5	1,14
182,2	Соус молочный (для запекания овощей, рыбы и мяса)+	1,56	20	2,78	9,22	9,88	133,2	0,001	0,003	0,013	2,796	0,012
80,1	Рассольник ленинградский+	5,68	250	2,38	5,13	37,5	124,5	0,083	0,066	7,05	21	0,93
Итого:				28,877	30,347	115,395	764,403	0,425	0,371	66,636	140,379	6,047
Полдник												
0,18	Вафли+	4,83	42	0,48	0,42	12	52,08	0,005	0,002		1,5	0,09
37,1	Молоко кипяченое+	8,8	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
Итого:				5,58	5,72	21,4	155,48	0,055	0,162	1,04	221,9	0,19
Ужин												
33	Чай с сахаром+	1,22	200	0,2		0,04	49		0,01	0,1	4,4	0,86
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	5,067	0,6	31,12	153,067	0,107	0,04		15,333	1,267
187,1	Суфле из капусты+	14,46	200	13,04	25,36	19,76	351,04	0,096	0,248	37,144	263,216	2,352
Итого:				18,307	25,96	50,92	553,107	0,203	0,298	37,244	282,949	4,479
Итого за день:				66,892	80,322	243,861	1 916,771	0,875	1,341	273,955	765,896	15,655

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 135,7 руб.
 Стоимость за 10: 154,99 руб.
 Старшая медсестра: М. П. Гаманисова
 Бухгалтер: Юрлова С.М.

День: 4
 Неделя: 1
 Сезон: осень - зима сад (примерное)
 Возрастная категория: сад



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	Ca	Fe
Завтрак												
0,25	Батон городской+	2,8	40	3,04	0,36	18,68	91,864	0,064	0,024		9,2	0,76
17,1	Суп молочный с крупой (пшено)++	5,49	200	3,5	3,7	14,6	107,5	0,05	0,17	0,84	164,78	0,17
34	Чай с молоком+	2,94	160	1,52	1,52	11,84	67,12	0,016	0,064	0,384	60	0,952
	Итого:			8,06	5,58	45,12	266,484	0,13	0,258	1,224	233,98	1,882
Завтрак 2ой												
0,02	Бананы+	14,17	100	1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,05	10	8	0,6
	Итого:			1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,05	10	8	0,6
Обед												
89,1	Суп картофельный с рыбными фрикадельками+	4,35	250	2,375	2,75	17,5	108,25	0,1	0,066	9,266	20,15	1,066
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
251,1	Азу с говядиной+	52,89	230	12,55	16,85	16,82	299,76	0,21		31,03	40,78	3,3
90,3	Фрикадельки рыбные (треска)++	7,56	25	4,51	0,33	0,52	22,75	0,02	0,03	0,46	12,31	0,26
216,1	Помидоры свежие порциями+	5,65	60	0,7	0,1	2,3	12,4	0,04	0,02	15	8,4	0,54
0,09	Хлеб ржаной+	0,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,44	Сок фруктовый+	21,21	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
0,01	Соль+	0,06	6								22,08	0,174
	Итого:			24,565	20,86	82,04	640,45	0,5	0,186	64,756	172,37	8,17
Полдник												
301	Булочка российская+	5,93	80	5,669	3,863	52,263	266,4	0,091	0,091	0,057	22,457	0,785
0,24	Йогурт+	11,56	170	11,184	3,355	7,829	104,684		0,066	1,342	277,368	0,224
	Итого:			16,853	7,218	60,092	371,084	0,091	0,158	1,399	299,826	1,009
Ужин												
132	Кисель из кураги+	8,22	200	1		40,9	173,9		0,03	0,04	24,66	0,59
182,3	Соус сладкий+	3,6	30	2,16	2,55	16,65	98,4	0,002	0,114	0,3	92,1	0,06
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	5,067	0,6	31,12	153,067	0,107	0,04		15,333	1,267
16,1	Сырники из творога+	30,18	150	11,1	5,3	13,9	142,5	0,09	0,36	0,33	214,79	1,05
	Итого:			19,327	8,45	102,57	567,867	0,199	0,544	0,67	346,883	2,967
	Итого за день:			70,304	42,208	310,822	1 933,185	0,96	1,196	78,049	1 061,059	14,627

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 179,69 руб.
 Стоимость за 10: 154,99 руб.

Старшая медсестра: _____

Бухгалтер: _____

М. П. Мещеряков
Т. Ю. Юркова ДМ

День: 3
 Неделя: 1
 Сезон: осень - зима сад (примерное)
 Возрастная категория: сад



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	Ca	Fe
	Завтрак											
5,1	Каша геркулес молочная+	8,74	200	8,1	6,8	29,2	210,6	0,16	0,22	0,96	207,74	1,18
36	Какао на молоке+	8,38	160	5,432	6,304	20,592	156,984	0,072	0,256	2,08	194,44	0,72
268	Бутерброды с маслом+	5,6	6,667/33,333	2,722	8,389	16,244	151,111	0,056	0,033		10,333	0,689
	Итого:			16,254	21,493	66,036	518,695	0,288	0,509	3,04	412,513	2,589
	Завтрак 2ой											
0,21	Мандарины+	14,19	75	0,6	0,15	5,625	28,5	0,045	0,023	28,5	26,25	0,075
	Итого:			0,6	0,15	5,625	28,5	0,045	0,023	28,5	26,25	0,075
	Обед											
239	Птица отварная+	25,13	80	15,96	15,26	0,19	201,6	0,09		2,26	23,69	1,4
212,1	Калуста тушеная+	5,79	150	4,12	9,19	16,94	151,92	0,06	0,09	65,06	101,58	2,02
203,1	Напиток брусничный+	8,02	200	0,1		24,9	95,1			1,5	9,48	0,16
0,09	Хлеб ржаной+	0,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,01	Соль+	0,05	5								18,4	0,145
253,2	Суп картофельный с клецками+	5,08	250	3,44	4,77	22,81	148	0,11		11,53	25,54	1,04
300,2	Клецки+	1,18	25	1,461	1,383	6,044	42,502	0,02	0,034		17,221	0,159
215,1	Огурцы свежие порциями+	3,79	60	0,4	0,06	1,1	6,6	0,02	0,01	4,2	10,2	0,3
	Итого:			28,781	31,263	89,084	734,232	0,39	0,174	84,55	223,611	7,174
	Полдник											
37,1	Молоко кипяченое+	8,8	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
0,14	Печенье+	50	50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012	1,04	6,52	0,472
	Итого:			6,78	7,955	26,14	201,09	0,067	0,172			
	Ужин											
0,3	Яйцо отварное+	0,37	50	6,26	5,67	0,345	77,45	0,004	0,017	2,9	8,2	0,907
34,1	Чай с лимоном+	2,36	200	0,22	0,1	14,58	59	0,003	0,003		15,333	1,267
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	40	5,067	0,6	31,12	153,067	0,107	0,04		42,45	1,13
247,2	Винегрет овощной++	10,75	150	2,1	11,42	10,93	156,03	0,05	0,05	14,05	42,45	1,13
	Итого:			13,647	17,79	56,975	445,547	0,164	0,11	16,95	65,983	3,304
	Итого за день:			66,062	78,651	243,86	1 928,064	0,953	0,988	134,08	955,278	13,714

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 160,11 руб.
 Стоимость за 10: 154,99 руб.

Старшая медсестра: И. Иванова

Бухгалтер: Ю. Юрлова



"УТВЕРЖДАЮ"
 МАДОУ г. Нижневартовска ДС 78
 "Серебряное копытце"
 Гаманцова Т.Н.
 М. П. 29 октября 2017 г.
 Подпись _____

День: 2
 Неделя: 1
 Сезон: осень - зима сад (примерное)
 Возрастная категория: сад

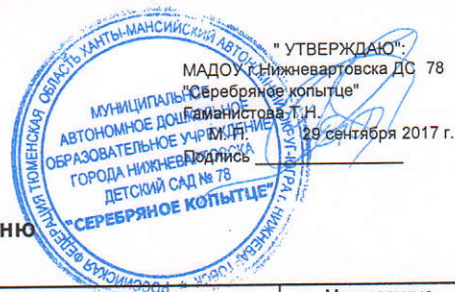
Примерное двухнедельное циклическое меню

№ 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												
185,1	Соус клюквенный+	1,04	30			3,96	14,88			0,204	0,84	0,024
0,25	Батон городской+	2,8	40	3,04	0,36	18,68	91,864	0,064	0,024		9,2	0,76
144,2	Запеканка из творога+	22,55	110	17,518	18,251	8,91	266,283	0,055	0,293	0,257	163,35	0,733
37,1	Молоко кипячённое+	7,92	180	4,59	4,77	8,46	93,06	0,045	0,144	0,936	198,36	0,09
	Итого:			25,148	23,381	40,01	466,087	0,164	0,461	1,397	371,75	1,607
Завтрак 2ой												
0,23	Груша+	10,67	80	0,32	0,024	7,6	32,44	0,016	0,024	4	15,2	1,84
	Итого:			0,32	0,024	7,6	32,44	0,016	0,024	4	15,2	1,84
Обед												
82,1	Суп крестьянский с крупой+	4,88	250	2,5	5,3	13,3	112,5	0,06	0,03	8,38	28,5	0,82
220,1	Мясо для супа+	7,67	15	3,9	2,52		38,1	0,008	0,024		4,5	0,24
182,2	Соус молочный (для запекания овощей, рыбы и мяса)+	1,95	25	3,475	11,525	12,35	166,5	0,002	0,004	0,016	3,495	0,015
112,2	Биточки рыбные+	22,55	80	14,6	2,3	8,2	109,8	0,07	0,1	1	47,66	0,64
104,2	Картофельное пюре+	7,98	150	3,18	4,09	20,99	139,01	0,13	0,11	10,81	37,04	1,1
275	Компот из консервированных плодов+	10,7	200	0,16		30,334	123,07	0,016	0,032	2,4	8,39	0,439
0,09	Хлеб ржаной+	0,2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,01	Соль+	0,04	4								14,72	0,116
0,13	Сметана в суп+	0,57	6	0,18	0,6	0,165	6,78		0,015	0,038	5,4	0,015
57,1	Икра баклажанная+	7,67	60	1,4	4,4	5,7	62,9	0,03	0,04	3,03	15,8	0,54
	Итого:			32,695	31,335	108,139	847,17	0,405	0,395	25,674	183,005	5,875
Полдник												
281,1	Ряженка*+	11,16	180	5,22	4,5	7,56	92	0,04	0,023	0,54	223,2	0,18
334	Плюшка новomosковская+	4,97	80	5,466	4,8	43,531	240	0,115		0,041	24,126	0,869
	Итого:			10,686	9,3	51,091	332	0,155	0,023	0,581	247,326	1,049
Ужин												
143,1	Напиток из плодов шиповника+	3,67	180	0,63		21,87	85,41	0,009	0,117	198	11,16	4,554
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	10,11	250	3,713	10,213	22,963	198,5	0,175	0,175	48	58,425	1,825
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:			8,143	10,663	68,173	398,71	0,264	0,322	246	81,085	7,329
	Итого за день:			76,991	74,702	275,013	2 076,407	1,005	1,225	277,651	898,366	17,699

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 140,36 руб.
 Стоимость за 10: 154,99 руб.

Старшая медсестра: М. Швецова
 Бухгалтер: И. Юрлова И.И.

День: 1
 Неделя: 1
 Сезон: осень - зима сад (примерное)
 Возрастная категория: сад



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		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак											
2,1	Каша пшённая молочная+	8,3	200	11,4	6,6	52,3	321,2	0,24	0,21	0,92	199,33	1,66
268	Бутерброды с маслом+	5,6	6,667/33,33	2,722	8,389	16,244	151,111	0,056	0,033		10,333	0,689
35,1	Кофейный напиток+	10,29	180	2,25	1,44	20,07	98,19	0,054	0,225	1,035	36,774	0,531
	Итого:			16,372	16,429	88,614	570,501	0,35	0,468	1,955	246,437	2,88
	Завтрак 2ой											
0,28	Апельсины+	8,96	75	0,675	0,15	6,075	27,135	0,03	0,023	45	25,5	0,225
	Итого:			0,675	0,15	6,075	27,135	0,03	0,023	45	25,5	0,225
	Обед											
0,13	Сметана в суп+	0,57	6	0,18	0,6	0,165	6,78		0,015	0,038	5,4	0,015
74,1	Щи из свежей капусты с картофелем+	3,5	250	2	4,88	7,13	78,88	0,05	0,05	12,53	36,98	0,73
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,13	0,03	0,2	1,5		0,01	5	11,15	0,08
314,1	Соус томатный+	1,74	40	0,68	1,8	3,12	32	0,008	0,008	1,12	8	0,28
103,1	Макаронные изделия отварные+	5,07	150	12,25	4,32	74,87	229,36	0,23	0,09		28,11	1,63
273	Напиток "Валитек"+	5,76	180	0,306	0,162	28,161	119,808			1,152	7,776	1,872
0,09	Хлеб ржаной+	2	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,01	Соль+	0,03	3								11,04	0,087
250,2	Биточки+	20,9	80	12,9	7,8	7,8	152	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
64,1	Салат из свеклы+	2,19	60	0,8	2,6	7,5	56,7	0,01	0,02	2,37	19,8	0,76
220,1	Мясо для супа+	12,78	25	6,5	4,2	63,5	63,5	0,013	0,04		7,5	0,4
	Итого:			39,046	26,992	146,046	829,038	0,451	0,373	22,322	183,906	8,629
	Полдник											
37,1	Молоко кипячённое+	8,8	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
270	Горячий бутерброд с сыром+	11,77	22,163/25/4,167	7,342	11,158	13,617	187,25	0,006		0,117	168,667	0,133
	Итого:			12,442	16,458	23,017	290,65	0,056	0,16	1,157	389,067	0,233
	Ужин											
191,1	Пудинг из моркови и яблок+	13,06	180	7,848	6,912	34,992	205,2	0,137	0,252	26,964	182,527	2,34
183	Соус сметанный+	0,78	30	0,46	0,62	1,7	14,56	0,01	0,01	0,01	6,62	0,05
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,03		11,5	0,95
140,2	Напиток из груш++	1,44	200	0,1	0,1	26,4	101,7	0,01	0,01	41,25	4,84	0,62
	Итого:			12,208	8,082	86,432	436,26	0,237	0,302	68,224	205,487	3,96
	Итого за день:			80,743	68,111	350,184	2 153,584	1,123	1,326	138,657	1 050,397	15,927

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 126 руб.
 Стоимость за 10: 155,66 руб.
 Старшая медсестра: М. М. Мухоморова

Бухгалтер: Л. Ю. Юрлова

День: 5
 Неделя: 2
 Сезон: осень - зима ясли (примерное)
 Возрастная категория: ясли



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		B1	B2	C	Ca	Fe
Завтрак												
268	Бургеры с маслом+	3,9	25,714/4,286	2,1	6,471	12,531	116,571	0,043	0,026		7,971	0,531
35,1	Кофейный напиток+	8,58	150	1,9	1,2	16,7	81,8	0,05	0,19	0,87	178,86	0,44
24,1	Омлет с сыром+	8,66	80	10,133	10,4	1,6	138,667	0,04	0,24	0,187	148,6	1,32
271,1	Консервированная кукуруза порциями+	6,39	40	0,744	0,15	5,621	216,66	0,008	0,008	1,92	2	0,16
	Итого:			14,877	18,221	36,452	553,698	0,141	0,464	2,977	337,431	2,451
Завтрак 2ой												
0,21	Мандарины+	14,19	75	0,6	0,15	5,625	28,5	0,045	0,022	28,5	26,25	0,075
	Итого:			0,6	0,15	5,625	28,5	0,045	0,022	28,5	26,25	0,075
Обед												
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,125	0,025	0,2	1,5		0,025	12,5	27,875	0,2
255,2	Голубцы ленивые +	22,46	150	10,02	12,51	11,9	200,08	0,078		37,09	52,15	2,18
183	Соус сметанный+	1,04	40	0,64	0,8	2,24	19,36		0,016	0,016	8,832	0,064
0,44	Сок фруктовый+	19,09	180	0,54		24,828	96,504	0,036	0,012	3,6	32,388	0,72
0,09	Хлеб ржаной+	0,16	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль+	0,03	3								11,04	0,087
215,1	Огурцы свежие порциями+	2,53	40	0,3	0,04	0,8	4,5	0,01	0,01	2,8	6,8	0,2
65,1	Борщ+	2,26	150	1,1	2,9	6,1	53,9	0,02	0,02	5,31	24,26	0,62
220,1	Мясо для супа+	10,23	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3
	Итого:			20,565	20,155	59,748	498,074	0,224	0,143	61,316	183,345	5,931
Полдник												
37,1	Молоко кипяченое+	8,13	185	4,81	4,933	8,757	95,953	0,049	0,197	0,962	189,169	0,086
0,14	Печенье+	15	15	1,26	1,991	12,555	73,268	0,013	0,009		4,89	0,354
	Итого:			6,07	6,925	21,312	169,221	0,062	0,206	0,962	194,059	0,44
Ужин												
114,1	Фрикадельки рыбные+	8	60	10,1	1,5	5,4	73	0,06	0,08	0,47	39,27	0,69
104,2	Картофельное пюре+	8,07	150	3,18	4,08	20,985	139,005	0,129	0,11	10,809	37,035	1,095
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
33	Чай с сахаром+	1,15	180	0,192		0,036	48,96		0,012	0,096	4,848	0,804
	Итого:			16,112	6,06	40,101	331,765	0,259	0,232	11,375	95,153	4,149
	Итого за день:			58,224	51,511	163,238	1 581,258	0,731	1,067	105,13	836,238	13,047

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 142,33 руб.
 Стоимость за 10: 119,08 руб.
 Старшая медсестра: *С.И. Мещеряков*

Бухгалтер: *Ю.И. Юсупова*



" УТВЕРЖДАЮ":
 МАДОУ г.Нижневартовска ДС 78
 "Серебряное копытце"
 Гаманисова Т.Н.
 М.П. 29 сентября 2017 г.
 Подпись

День: 4
 Неделя: 2
 Сезон: осень - зима ясли (примерное)
 Возрастная категория: ясли

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												
7,1	Каша пшеничная молочная+	6,13	150	8,7	4,1	38,1	227,4	0,14	0,18	0,7	139,45	1,99
0,25	Батон городской+	2,1	30	2,28	0,27	14,01	68,89	0,048	0,018		6,9	0,57
37,1	Молоко кипяченое+	6,59	150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
1	Масло в кашу+	1,47	3	0,024	2,178	0,036	19,818		0,006		0,72	0,006
	Итого:			14,904	10,548	59,246	393,908	0,228	0,364	1,48	300,45	2,636
Завтрак 2ой												
0,02	Бананы+	14,17	100	1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,1	10	8	1,2
	Итого:			1,5	0,1	21	87,3	0,04	0,1	10	8	1,2
Обед												
112,1	Котлеты рыбные+	17,3	60	11	1,7	6,2	82,3	0,05	0,07	0,75	35,74	0,48
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,125	0,025	0,2	1,5		0,025	12,5	27,875	0,2
164,1	Картофель отварной+	3,43	100	1,99	2,35	15,34	95,69	0,093	0,066	8,246	10,013	0,84
325	Соус белый основной+	0,67	25	0,25	1	0,95	14		0,005		3,5	0,05
0,01	Соль+	0,03	3								11,04	0,087
0,09	Хлеб ржаной+	0,16	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
58	Икра кабачковая+	3,93	40	0,9	3,1	4,9	44,6	0,02	0,02	7,13	17,66	0,49
239,1	Мясо для супа (куры)+	7,85	25	19,95	19,075	0,238	252	0,113		2,825	29,613	1,75
85,1	Суп картофельный с крупой+	2,16	150	1,6	1,7	11,7	71,3	0,09	0,06	6,96	20,9	0,98
203,1	Напиток брусничный+	6	150	0,1		18,7	71,3			1,12	7,11	0,12
	Итого:			38,555	29,43	71,908	703,52	0,436	0,276	39,531	177,451	6,557
Полдник												
281,1	Ряженка*+	9,3	150	4,35	3,75	6,3	76	0,03	0,02	0,45	186	0,15
147,2	Блины+	3,66	60	4,1	2,5	25,4	126,1	0,08	0,03		10,98	0,8
	Итого:			8,45	6,25	31,7	202,1	0,11	0,05	0,45	196,98	0,95
Ужин												
182,1	Соус молочный (сладкий)+	1,16	20	0,4	0,8	3	20		0,02	0,06	12,34	0,04
178,1	Лепешки с творогом+	13,28	150	14,18	2,52	35,48	216,03	0,075	0,125	0,116	69,66	0,866
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
143,1	Напиток из плодов шиповника+	3,09	150	0,5		18,2	71,2	0,01	0,1	164,92	9,3	3,79
	Итого:			17,72	3,8	70,36	378,03	0,155	0,275	165,096	105,3	6,256
	Итого за день:			81,129	50,128	254,213	1 764,858	0,968	1,065	216,557	788,18	17,599

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 104,94 руб.
 Стоимость за 10: 119,08 руб.
 Старшая медсестра: М. П. [подпись]
 Бухгалтер: Т. Ю. Юшкова [подпись]



День: 3
 Неделя: 2
 Сезон: осень - зима ясли (примерное)
 Возрастная категория: ясли

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												
8,1	Каша кукурузная молочная+	6,49	150	8,7	4,1	38,1	227,4	0,08	0,17	0,7	148,06	1,26
36	Какао на молоке+	7,84	150	5,09	5,91	19,31	147,21	0,06	0,24	1,95	182,33	0,68
268	Бутерброды с маслом+	3,9	4,286/25,7 14	2,1	6,471	12,531	116,571	0,043	0,026		7,971	0,531
Итого:				15,89	16,481	69,941	491,181	0,183	0,436	2,65	338,361	2,471
Завтрак 2ой												
0,28	Апельсины+	8,96	75	0,675	0,15	6,075	27,135	0,03	0,002	45	25,5	0,225
Итого:				0,675	0,15	6,075	27,135	0,03	0,002	45	25,5	0,225
Обед												
74,1	Щи из свежей капусты с картофелем+	4,62	150	1,1	3	5,4		0,03	0,03	7,52	22,19	0,44
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,125	0,025	0,2	1,5		0,025	12,5	27,875	0,2
227,1	Плов из отварной говядины+	25,4	180	11,7	12,96	34,5	301,6	0,1		6,12	26,9	2,48
0,04	Сок тыквенный+	6,6	150	0,75		18,14	71,93	0,03	0,03	1,8	19,49	0,3
0,09	Хлеб ржаной+	0,16	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
216,1	Помидоры свежие порциями+	3,77	40	0,4	0,1	1,5	8,3	0,02	0,02	10	5,6	0,36
0,01	Соль+	0,03	3								11,04	0,087
Итого:				16,715	16,565	73,42	454,16	0,25	0,135	37,94	127,095	5,427
Полдник												
0,14	Печенье+	20	20	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
37,1	Молоко кипяченое+	6,59	150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
Итого:				5,58	6,655	23,84	175,49	0,057	0,172	0,78	159,9	0,542
Ужин												
171,1	Запеканка овощная+	12,07	180	6,168	6,9	36,048	222,36	0,168	0,144	19,62	73,236	2,016
314,1	Соус томатный+	2,62	60	1,02	2,7	4,68	48	0,012	0,012	1,68	12	0,42
33	Чай с сахаром+	0,96	150	0,16		0,03	40,8		0,01	0,08	4,04	0,67
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
Итого:				9,988	10,08	54,438	381,96	0,25	0,196	21,38	103,276	4,666
Итого за день:				48,848	49,931	227,714	1 529,926	0,77	0,941	107,75	754,132	13,331

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 112,47 руб.
 Стоимость за 10: 119,08 руб.
 Старшая медсестра: *М. М. М. М.*

Бухгалтер: *Ю. Ю. Ю.*

День: 2
 Неделя: 2
 Сезон: осень - зима ясли (примерное)
 Возрастная категория: ясли



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		B1	B2	C	Ca	Fe
Завтрак												
25,2	Запеканка из творога+	18,04	90	17,883	2,988	14,886	152,424	0,045	0,189	0,207	107,919	0,486
183	Соус сметанный+	0,65	25	0,4	0,5	1,4	12,1		0,01	0,01	5,52	0,04
0,25	Батон городской+	2,1	30	2,28	0,27	14,01	68,89	0,048	0,018		6,9	0,57
37,1	Молоко кипяченое+	6,59	150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
	Итого:			24,463	7,758	37,396	311,214	0,133	0,377	0,997	273,719	1,166
Завтрак 2ой												
0,29	Яблоко+	9,66	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,029	0,02	165	16	2,2
	Итого:			0,04	0,04	9,8	42,68	0,029	0,02	165	16	2,2
Обед												
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,125	0,025	0,2	1,5		0,025	12,5	27,875	0,2
123,1	Компот из свежих плодов (яблок)+	3,58	150	0,6	0,4	32	127,1	0,01	0,01	49,5	5,16	0,71
0,09	Хлеб ржаной+	0,16	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль+	0,03	3								11,04	0,087
96,1	Суп с бобовыми+	3,09	150	4,99	3,33	11,51	94,6	0,1	0,04	1,08	39,04	1,39
277,1	Свекла тушеная с луком+	5,37	120	3,384	11,064	17,364	171,78	0,04	0,06	9,924	51	2,28
225,1	Запеканка из печени с рисом+	9,71	60	10,133	3,03	8,4	101,43	0,057		6,111	7,926	1,284
220,1	Мясо для супа+	10,23	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3
	Итого:			27,072	21,729	83,154	618,64	0,287	0,195	79,115	162,041	7,811
Полдник												
299,1	Слойка с повидлом+	10,86	70	5,24	13,25	43,77	168,28	0,092	0,092	0,064	25,477	0,737
281	Кефир+	7,28	150	4,35	3,75	6	75	0,06	0,26	1,05	180	0,15
	Итого:			9,59	17	49,77	243,28	0,152	0,352	1,114	205,477	0,887
Ужин												
132	Кисель из кураги+	7,38	180	0,96			37,2		0,024	0,36	22,188	0,54
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
246,5	Сёмга, запеченная с картофелем по-русски+	68,55	180	9,24	6,12	14,808	151,2			18,84	61,728	1,392
	Итого:			12,84	6,6	65,688	380,04	0,07	0,054	19,2	97,916	3,492
	Итого за день:			74,004	53,127	245,808	1 595,854	0,671	0,998	265,426	755,153	15,556

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 165,74 руб.
 Стоимость за 10: 119,08 руб.
 Старшая медсестра: М. М. М. М.

Бухгалтер: Т. Ю. Юсупова И.И.

День: 1
 Неделя: 2
 Сезон: осень - зима ясли (примерное)
 Возрастная категория: ясли



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	Ca	Fe
	Завтрак											
34	Чай с молоком+	3,05	150	1,6	1,6	12,4	70,4	0,01	0,06	0,36	56,25	0,89
0,25	Батон городской+	2,1	30	2,28	0,27	14,01	68,89	0,048	0,018		6,9	0,57
17,1	Суп молочный с крупой (пшено)++	4,12	150	2,6	2,8	11	80,6	0,06	0,23	1,11	219,82	0,22
	Итого:			6,48	4,67	37,41	219,89	0,118	0,308	1,47	282,97	1,68
	Завтрак 2ой											
0,28	Апельсины+	8,96	75	0,675	0,15	6,075	27,135	0,03	0,002	45	25,5	0,225
	Итого:			0,675	0,15	6,075	27,135	0,03	0,002	45	25,5	0,225
	Обед											
83,1	Суп из овощей+	2,61	150	1,1	3	6,6	58,7	0,04	0,03	5,33	15,18	0,46
0,13	Сметана в суп+	0,57	6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4	
0,01	Соль+	0,02	2								7,36	0,058
0,09	Хлеб ржаной+	0,16	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
316,1	Лечо (перец маринованный резанный болгарский в банках) порционно+	3,8	40	0,6	2,4	4	40	0,01	0,03	20,4	8	0,8
204,1	Гречка рассыпчатая+	2,88	100	6,01	1,56	30,39	144,07	0,16	0,086		13,03	3,06
263,1	Бефстроганов из говядины+	17,22	60	14,63	1,52	0,28	72,96	0,06	0,09	0,12	7,2	1,21
0,44	Сок фруктовый+	15,9	150	0,45		20,69	80,42	0,03	0,01	3	26,99	0,6
220,1	Мясо для супа+	7,67	15	3,9	2,55		38,55	0,008	0,023		4,5	0,225
	Итого:			29,51	12,11	75,82	512,31	0,378	0,299	28,89	101,66	7,973
	Полдник											
37,1	Молоко кипяченое+	7,91	180	4,68	4,8	8,52	93,36	0,048	0,192	0,936	184,056	0,084
151,2	Булочки с изюмом+	5,85	60	6	5,4	38,4	203,7	0,11	0,1	0,13	47,81	1,33
	Итого:			10,68	10,2	46,92	297,06	0,158	0,292	1,066	231,866	1,414
	Ужин											
0,1	Хлеб пшеничный+	1,26	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
114,1	Фрикадельки рыбные+	8	60	10,1	1,5	5,4	73	0,06	0,08	0,47	39,27	0,69
128	Компот из смеси сухофруктов+	2,04	150	1,1		35,4	139	0,01	0,06	1,87	43,42	1,17
167,1	Картофельное пюре запеченное+	8,28	160	4,178	3,822	27,378	160,356	0,169	0,142	14,071	49,351	1,431
	Итого:			18,018	5,802	81,858	443,156	0,309	0,312	16,411	146,041	4,851
	Итого за день:			65,363	32,932	248,083	1 499,551	0,992	1,213	92,837	788,037	16,143

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 102,4 руб.
 Стоимость за 10: 119,08 руб.
 Старшая медсестра: М. Сидорова

Бухгалтер: Ю. Юусова

День: 5
 Неделя: 1
 Сезон: осень - зима ясли (примерное)
 Возрастная категория: ясли

" УТВЕРЖДАЮ":
 МАДОУ г. Нижневартовска ДС 78
 "Серебряное копытце"
 Гаманисова Т.Н.
 М. П. 29 сентября 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												
271,1	Консервированная кукуруза порциями+	6,39	40	0,744	0,15	5,621	216,66	0,008	0,008	1,92	2	0,16
35,1	Кофейный напиток+	8,58	150	1,9	1,2	16,7	81,8	0,05	0,19	0,87	178,86	0,44
268	Бутерброды с маслом+	3,9	4,286/25,714	2,1	6,471	12,531	116,571	0,043	0,026		7,971	0,531
15,1	Омлет натуральный+	5,82	60	6	6,2	1,2	84	0,03	0,17	0,09	41	0,96
	Итого:			10,744	14,021	36,052	499,031	0,131	0,394	2,88	229,831	2,091
Завтрак 2ой												
0,29	Яблоко+	9,66	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,029	0,02	165	16	2,2
	Итого:			0,04	0,04	9,8	42,68	0,029	0,02	165	16	2,2
Обед												
220,1	Мясо для супа+	7,67	15	3,9	2,55		38,55	0,008	0,023		4,5	0,225
140,1	Напиток яблочный+	2,47	150	0,1	0,1	19,8	76,2	0,01		30,92	3,36	0,47
0,13	Сметана в суп+	0,57	6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4	
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,125	0,025	0,2	1,5		0,025	12,5	27,875	0,2
164,1	Картофель отварной+	3,43	100	1,99	2,35	15,34	95,69	0,093	0,066	8,246	10,013	0,84
0,09	Хлеб ржаной+	0,16	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль+	0,04	4							4,138	21,25	0,95
60,2	Икра морковная+	2,64	50	1,375	4,625	7,25	71,625	0,025	0,025			
182,2	Соус молочный (для запекания овощей, рыбы и мяса)+	1,95	25	3,475	11,525	12,35	166,5	0,001	0,004	0,032	3,495	0,014
80,1	Рассольник ленинградский+	3,41	150	1,4	3,1	9,7	74,7	0,05	0,04	4,23	12,6	0,56
256,5	Рыба горбуша, тушенная в томате с овощами+	16,86	60	4,24	2,04	2,24	44,8	0,01	0,01	4,05	16,27	0,5
	Итого:			19,425	27,395	80,74	647,175	0,267	0,223	64,156	133,483	5,435
Полдник												
0,18	Вафли+	2,3	20	0,48	0,42	12	52,08	0,005	0,002		1,5	0,09
37,1	Молоко кипяченое+	6,59	150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
	Итого:			4,38	4,42	19,1	129,88	0,045	0,162	0,78	154,88	0,16
Ужин												
33	Чай с сахаром+	0,96	150	0,16		0,03	40,8		0,01	0,08	4,04	0,67
0,1	Хлеб пшеничный+	0,84	20	1,76	0,32	9,12	47,2	0,047	0,02		9,333	1,04
187,1	Суфле из капусты+	13,21	180	11,7	22,8	17,8	316,1	0,09	0,23	33,45	236,99	2,11
	Итого:			13,62	23,12	26,95	404,1	0,137	0,26	33,53	250,363	3,82
	Итого за день:			48,209	68,996	172,642	1 722,866	0,608	1,058	266,345	784,558	13,706

Стоимость рациона: _____ руб.
 Стоимость по плану: 98,65 руб.
 Стоимость за 10: 119,08 руб.
 Старшая медсестра: М. Мещеряков
 Бухгалтер: С. Юрлова И.И.

День: 4
 Неделя: 1
 Сезон: осень - зима ясли (примерное)
 Возрастная категория: ясли



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		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак											
0,25	Батон городской+	2,1	30	2,28	0,27	14,01	68,89	0,048	0,018		6,9	0,57
17,1	Суп молочный с крупой (пшено)++	4,12	150	2,6	2,8	11	80,6	0,06	0,23	1,11	219,82	0,22
34	Чай с молоком+	3,05	150	1,6	1,6	12,4	70,4	0,01	0,06	0,36	56,25	0,89
	Итого:			6,48	4,67	37,41	219,89	0,118	0,308	1,47	282,97	1,68
	Завтрак 2ой											
0,02	Бананы+	13,46	95	1,425	0,095	19,95	82,935	0,038	0,095	9,5	7,6	1,14
	Итого:			1,425	0,095	19,95	82,935	0,038	0,095	9,5	7,6	1,14
	Обед											
89,1	Суп картофельный с рыбными фрикадельками+	2,61	150	1,4	1,7	10,5	65	0,06	0,04	5,56	12,09	0,64
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,125	0,025	0,2	1,5		0,025	12,5	27,875	0,2
251,1	Азу с говядиной+	39,89	180	9,82	13,19	13,16	234,59	0,16		24,28	31,91	2,58
90,3	Фрикадельки рыбные (треска)++	7,56	25	4,51	0,33	0,52	22,75	0,02	0,03	0,46	12,31	0,26
216,1	Помидоры свежие порциями+	3,77	40	0,4	0,1	1,5	8,3	0,02	0,02	10	5,6	0,36
0,09	Хлеб ржаной+	0,16	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
0,44	Сок фруктовый+	15,9	150	0,45		20,69	80,42	0,03	0,01	3	26,99	0,6
0,01	Соль+	0,04	4								14,72	0,116
	Итого:			19,345	15,825	60,25	483,39	0,36	0,155	55,8	145,495	6,316
	Полдник											
301	Булочка российская+	5,19	70	4,96	3,38	45,73	233,1	0,08	0,08	0,05	19,65	0,687
0,24	Йогурт+	10,2	150	9,868	2,961	6,908	92,368		0,058	1,184	244,737	0,197
	Итого:			14,828	6,341	52,638	325,468	0,08	0,138	1,234	264,387	0,884
	Ужин											
132	Кисель из кураги+	6,15	150	0,8		31	131,7		0,02	0,3	18,49	0,45
182,3	Соус сладкий+	3	25	1,8	2,125	13,875	82	0,044	0,095	0,25	76,75	0,05
0,1	Хлеб пшеничный+	0,84	20	1,76	0,32	9,12	47,2	0,047	0,02		9,333	1,04
179,1	Сырники с морковью+	19,57	180	28,3	10,2	38,4	350,9	0,11	0,32	1,17	177,6	1,36
	Итого:			32,66	12,645	92,395	611,8	0,201	0,455	1,72	282,173	2,9
	Итого за день:			74,738	39,576	262,643	1 723,483	0,797	1,151	69,724	982,625	12,92

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 138,81 руб.
 Стоимость за 10: 119,08 руб.
 Старшая медсестра: *М. М. М. М.*

Бухгалтер: *Ю. Ю. Ю.*

День: 3
 Неделя: 1
 Сезон: осень - зима ясли (примерное)
 Возрастная категория: ясли



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												
5,1	Каша геркулес молочная+	6,54	150	6,1	5,1	21,9	158	0,12	0,17	0,72	155,8	0,89
36	Какао на молоке+	7,84	150	5,09	5,91	19,31	147,21	0,06	0,24	1,95	182,33	0,68
268	Бутерброды с маслом+	3,9	4,286/25,714	2,1	6,471	12,531	116,571	0,043	0,026		7,971	0,531
Итого:				13,29	17,481	53,741	421,781	0,223	0,436	2,67	346,101	2,101
Завтрак 2ой												
0,21	Мандарины+	14,19	75	0,6	0,15	5,625	28,5	0,045	0,022	28,5	26,25	0,075
Итого:				0,6	0,15	5,625	28,5	0,045	0,022	28,5	26,25	0,075
Обед												
239	Птица отварная+	18,84	60	11,97	11,45	0,14	151,2	0,067		1,695	17,77	1,05
212,1	Капуста тушённая+	4,67	120	3,3	7,356	13,548	121,536	0,048	0,072	52,044	81,264	1,62
203,1	Напиток брусничный+	6	150	0,1		18,7	71,3			1,12	7,11	0,12
0,09	Хлеб ржаной+	0,16	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль+	0,04	4								14,72	0,116
253,2	Суп картофельный с клецками+	3,05	150	2,06	2,86	13,69	88,8	0,066		6,918	15,32	0,624
300,2	Клёцки+	0,71	15	0,874	0,83	3,612	25,434	0,012	0,021		10,329	0,095
215,1	Огурцы свежие порциями+	2,53	40	0,3	0,04	0,8	4,5	0,01	0,01	2,8	6,8	0,2
Итого:				21,244	23,016	64,17	533,6	0,273	0,133	64,577	167,313	5,385
Полдник												
37,1	Молоко кипячённое+	6,59	150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
0,14	Печенье+	10	10	0,84	1,328	8,37	48,845	0,009	0,006		3,26	0,236
Итого:				4,74	5,328	15,47	126,645	0,049	0,166	0,78	156,64	0,306
Ужин												
0,3	Яйцо отварное+	0,22	30	3,756	3,402	0,207	46,47	0,002	0,01			
34,1	Чай с лимоном+	1,79	150	0,165	0,075	10,935	44,25	0,002	0,002	2,175	6,15	0,68
0,1	Хлеб пшеничный+	0,84	20	1,76	0,32	9,12	47,2	0,047	0,02		9,333	1,04
247,2	Винегрет овощной++	10,49	140	1,96	10,663	10,197	145,623	0,047	0,047	13,113	39,62	1,055
Итого:				7,641	14,46	30,459	283,543	0,098	0,079	15,288	55,103	2,775
Итого за день:				47,515	60,435	169,465	1 394,07	0,687	0,836	111,815	751,408	10,642

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 98,4 руб.
 Стоимость за 10: 119,08 руб.

Старшая медсестра: *Т.Н. Гаманистова*

Бухгалтер: *Т.Ю. Юрлова*

День: 2
Неделя: 1
Сезон: осень - зима ясли (примерное)
Возрастная категория: ясли



"УТВЕРЖДАЮ":
МАДОУ г. Нижневартовска ДС 78
"Серебряное кольцо"
Гаманисова Т.Н.
М. П. _____
29 сентября 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		B1	B2	C	Ca	Fe
Завтрак												
185,1	Соус клюквенный+	0,35	10			1,32	4,96			0,068	0,28	0,008
0,25	Батон городской+	2,1	30	2,28	0,27	14,01	68,89	0,048	0,018		6,9	0,57
144,2	Запеканка из творога+	20,41	100	15,93	16,59	8,1	242,075	0,05	0,26	0,23	148,5	0,66
37,1	Молоко кипяченое+	6,59	150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
	Итого:			22,11	20,86	30,53	393,725	0,138	0,438	1,078	309,06	1,308
Завтрак 2ой												
0,23	Груша+	13,33	100	0,4	0,029	9,5	40,549	0,02	0,029	5	19	2,3
	Итого:			0,4	0,029	9,5	40,549	0,02	0,029	5	19	2,3
Обед												
82,1	Суп крестьянский с крупой+	2,93	150	1,5	3,2	8	67,5	0,04	0,02	5,03	17,1	0,49
220,1	Мясо для супа+	7,67	15	3,9	2,55		38,55	0,008	0,023		4,5	0,225
182,2	Соус молочный (для запекания овощей, рыбы и мяса)+	1,56	20	2,78	9,22	9,88	133,2	0,001	0,003	0,026	2,796	0,011
112,2	Биточки рыбные+	16,71	60	11	1,7	6,2	82,3	0,05	0,07	0,75	35,74	0,48
104,2	Картофельное пюре+	5,38	100	2,12	2,72	13,99	92,67	0,086	0,073	7,206	24,69	0,73
0,09	Хлеб ржаной+	0,16	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль+	0,03	3								11,04	0,087
0,13	Сметана в суп+	0,76	8	0,24	0,8	0,24	9,04			0,053	7,2	
57,1	Икра баклажанная+	5,11	40	0,9	2,9	3,8	42	0,02	0,03	2,02	10,53	0,36
0,04	Сок тыквенный+	6,6	150	0,75		18,14	71,93	0,03	0,03	1,8	19,49	0,3
	Итого:			25,83	23,57	73,93	608,02	0,304	0,279	16,885	147,086	4,243
Полдник												
281,1	Ряженка*+	9,3	150	4,35	3,75	6,3	76	0,03	0,02	0,45	186	0,15
334	Плюшка новомосковская+	3,78	60	4,1	3,6	32,65	180	0,086		0,031	18,1	0,66
	Итого:			8,45	7,35	38,95	256	0,116	0,02	0,481	204,1	0,81
Ужин												
143,1	Напиток из плодов шиповника+	3,09	150	0,5		18,2	71,2	0,01	0,1	164,92	9,3	3,79
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	8,09	200	2,973	8,173	18,373	158,4	0,147	0,147	38,413	46,747	1,467
0,1	Хлеб пшеничный+	0,84	20	1,76	0,32	9,12	47,2	0,047	0,02		9,333	1,04
	Итого:			5,233	8,493	45,693	276,8	0,203	0,267	203,333	65,38	6,297
	Итого за день:			62,023	60,303	198,603	1 575,094	0,782	1,033	226,777	744,626	14,958

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 114,79 руб.
Стоимость за 10: 119,08 руб.

Старшая медсестра: *М. П. Гаврилова*

Бухгалтер: *О. П. Юмарева*

День: 1
 Неделя: 1
 Сезон: осень - зима ясли (примерное)
 Возрастная категория: ясли



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	Са	Fe
	Завтрак											
2,1	Каша пшеничная молочная+	6,22	150	8,6	5	39,2	240,9	0,18	0,16	0,69	149,49	1,25
268	Бутерброды с маслом+	3,9	4,286/25,7	2,1	6,471	12,531	116,571	0,043	0,026		7,971	0,531
35,1	Кофейный напиток+	8,58	150	1,9	1,2	16,7	81,8	0,05	0,19	0,87	178,86	0,44
	Итого:			12,6	12,671	68,431	439,271	0,273	0,376	1,56	336,321	2,221
	Завтрак 2ой											
0,44	Сок фруктовый+	21,21	200	0,6		27,587	107,227	0,04	0,013	4	35,987	0,8
	Итого:			0,6		27,587	107,227	0,04	0,013	4	35,987	0,8
	Обед											
0,13	Сметана в суп+	0,57	6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4	
74,1	Щи из свежей капусты с картофелем+	4,62	150	1,1	3	5,4		0,03	0,03	7,52	22,19	0,44
222	Зелень в суп+	1,2	5	0,125	0,025	0,2	1,5		0,025	12,5	27,875	0,2
314,1	Соус томатный+	1,31	30	0,51	1,35	2,34	24	0,006	0,006	0,84	6	0,21
103,1	Макаронные изделия отварные+	4,42	130	10,608	3,744	64,883	198,77	0,199	0,078		24,362	1,412
0,09	Хлеб ржаной+	1,6	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль+	0,03	3								11,04	0,087
250,2	Биточки+	15,71	60	9,7	5,9	5,9	114	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66
64,1	Салат из свеклы+	1,92	60	0,75	2,55	7,5	56,7	0,015	0,015	2,37	19,8	0,75
220,1	Мясо для супа+	7,67	15	3,9	2,55		38,55	0,008	0,023		4,5	0,225
139,1	Напиток клюквенный+	6	150	0,1		18,7	71,3			2,81	2,98	0,17
	Итого:			29,613	20,199	118,783	582,43	0,367	0,287	26,17	162,667	5,714
	Полдник											
37,1	Молоко кипяченое+	7,03	160	4,16	4,267	7,573	82,987	0,043	0,171	0,832	163,605	0,075
270	Горячий бутерброд с сыром+	10,38	19,868/22,5/3,375	6,615	10,035	12,251	168,548	0,006		0,105	151,796	0,119
	Итого:			10,775	14,302	19,825	251,534	0,048	0,171	0,937	315,402	0,194
	Ужин											
191,1	Пудинг из моркови и яблок+	10,46	150	6,5	5,75	29,083	170,917	0,117	0,208	22,458	152,042	1,95
183	Соус сметанный+	0,65	25	0,4	0,5	1,4	12,1		0,01	0,01	5,52	0,04
0,1	Хлеб пшеничный+	0,84	20	1,76	0,32	9,12	47,2	0,047	0,02		9,333	1,04
140,2	Напиток из груш++	1,08	150	0,1	0,1	19,8	76,2	0,01		30,92	3,36	0,47
	Итого:			8,76	6,67	59,403	306,417	0,173	0,238	53,388	170,255	3,5
	Итого за день:			62,348	53,842	294,029	1 686,879	0,902	1,085	86,055	1 020,632	12,429

Стоимость рациона: руб.
 Стоимость по плану: 115,4 руб.
 Стоимость за 10: 119,59 руб.

Старшая медсестра: *М. М. Мещерякова*

Бухгалтер: *Ю. Ю. Юрлова*