

День: 4
Неделя: 1
Сезон: Весна-лето сад 2025 г.
Возрастная категория: Дети сад корп.1



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ ДС № 7
"Жар-птица"
Алтынбаева Е. А.
М. П. 14 мая 2025 г.
Подпись _____

[Handwritten signature]

**Ежедневное меню
на 15 мая 2025 г.**

№ рецеп- туры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак										
6,1	Каша манная молочная+	200	7,9	5,2	34,4	217,8	0,08	0,21	0,96	198,4	0,43
36,2	Какао на молоке	200	4,61	4,14	18,386	129,21	0,08		2,6	240,45	0,25
268	Бутерброды с маслом+	28,441/ 7	2,318	7,142	13,83	128,649	0,047	0,028		8,797	0,586
	Итого:	435	14,828	16,482	66,616	475,659	0,207	0,238	3,56	447,647	1,266
	Завтрак 2ой										
0,28	Апельсины+	100	0,9	0,2	8,1	36,18	0,04	0,03	60	34	0,3
	Итого:	100	0,9	0,2	8,1	36,18	0,04	0,03	60	34	0,3
	Обед										
60,2	Икра морковная+	80	2,267	7,333	11,6	114,533	0,027	0,04	6,613	34	1,52
80,1	Рассольник ленинградский+	202	2,404	5,181	37,875	125,745	0,084	0,067	7,121	21,21	0,939
220, 1	Мясо для супа+	25	6,5	4,2		63,5	0,013	0,04		7,5	0,4
0,13	Сметана в суп+	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
225, 1	Запеканка из печени с рисом+	170	28,756	8,568	23,8	287,445	0,162		17,315	22,457	3,638
183	Соус сметанный+	30	0,46	0,62	1,7	14,56	0,01	0,01	0,01	6,62	0,05
128	Компот из смеси сухофруктов+	200	1,5		44,206	173,46	0,02	0,08	2,5	57,9	1,56
0,09	Хлеб ржаной+	46	3,036	0,552	15,732	81,429	0,083	0,037		16,1	1,794
0,01	Соль+	3								11,04	0,087
	Итого:	764	45,162	27,255	135,133	869,712	0,398	0,293	33,608	184,027	10,008
	Полдник										
281, 1	Ряженка*+	167	4,843	4,175	7,014	85,356	0,037	0,021	0,501	207,08	0,167
302, 1	Сырная палочка+	70	8,596	25,634	34,874	404,88	0,096	0,096	0,154	136,108	0,824
	Итого:	237	13,439	29,809	41,888	490,236	0,133	0,117	0,655	343,188	0,991
	Ужин										
216, 1	Помидоры свежие порциями+	40	0,467	0,067	1,533	8,267	0,027	0,013	10	5,6	0,36
114,1	Фрикадельки рыбные+	79	13,233	1,975	7,11	96,183	0,079	0,109	0,622	51,715	0,909
166, 1	Картофельное пюре+	170	3,672	1,292	24,616	132,532					
0,44	Сок фруктовый+	175	0,875	0,175	24,15	93,87	0,035	0,018	3,5	35	0,7
0,1	Хлеб пшеничный+	28	2,66	0,315	16,338	80,36	0,056	0,021		8,05	0,665
	Итого:	492	20,906	3,824	73,747	411,211	0,197	0,16	14,122	100,365	2,634
	Итого за день:	2 028	95,235	77,569	325,484	2 282,99 7	0,975	0,84	111,945	1 109,22 8	15,199
	Итого среднее за 10 дней:		77,929	60,388	294,153	1 992,523	0,988	3,616	169,296	905,442	18,298

Стоимость рациона руб.
Стоимость по плану 244 руб.

Средняя
стоимость за 10
дней: 241,57 руб.

Шеф-повар: *[Signature]* / Фетисова Р. Е.

Врач(диетсестра): _____ /

Контрактный управляющий : _____ / Юсупова И. Р.