



День: 1
 Неделя: 1
 Сезон: ВЕСНА - ЛЕТО ясли (примерное) 2024 г. - корпус 1
 Возрастная категория: Дети-ясли_ 1 КОРПУС

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe	
	Завтрак												
	Масло в кашу	2,55	4	0,032	2,904	0,048	26,424		0,008		0,96	0,008	
7,1	Каша пшеничная молочная	0,83	150	8,7	4,1	38,1	227,4	0,14	0,18	0,7	139,45	1,99	
35,1	Кофейный напиток+	0,68	150	1,9	1,2	10,712	57,92	0,05	0,19	0,87	178,86	0,44	0001 (№ 395)
268	Бутерброды с маслом	2,55	4/25	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62	
0,09	Хлеб ржаной+	0,39	17	1,122	0,204	5,814	30,103	0,03	0,013		5,95	0,663	
	Итого:	7	350	14,204	15,958	69,294	477,847	0,27	0,421	1,57	334,52	3,721	
	Завтрак 2ой												
37,1	Молоко кипяченое		150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07	
	Итого:		150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07	
	Обед												
78,1	Рассольник	0,28	150	1,1	3,1	7,6	64,3	0,05	0,03	4,21	8,64	0,49	
	TK № 3317 Макаронные изделия отварные (рец. 317) Сб.1	3,39	110	4,043	3,309	19,397	123,53	0,037	0,018		3,566	0,807	0001 (№ 317)
3 282,1	Котлеты, биточки, шницели рубленые (из говядины, с молоком)	2,91	60	9,32	7,07	9,64	139	0,06	0,1	0,09	26,1	0,9	
222	Зелень в суп	0,38	1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04	
60,2	Икра морковная	0,32	30	0,825	2,775	4,35	42,975	0,015	0,015	2,483	12,75	0,57	
220,1	Мясо для супа		20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	
139,1	Напиток клюквенный	6,09	180	0,12		18,847	71,232			3,372	3,576	0,204	0002 (№ 700)
0,13	Сметана в суп	1,34	7	0,21	0,7	0,21	7,91			0,047	6,3		
314,1	Соус томатный	0,41	10	0,17	0,45	0,78	8	0,002	0,002	0,28	2	0,07	
	Хлеб пшеничный+	0,32	10	0,66	0,12	3,42	17,7	0,018	0,008		3,5	0,39	
0,09	Хлеб ржаной+	0,34	15	0,99	0,18	5,13	26,561	0,026	0,011		5,25	0,585	
	Итого:	15,78	593	22,663	21,109	69,414	552,908	0,217	0,219	12,981	83,257	4,356	
	Уплотненный полдник												
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087	0000
	Хлеб пшеничный+	0,64	20	1,32	0,24	6,84	35,4	0,035	0,015		7	0,78	
0,12	Сок фруктовый	3,27	180	0,54		30,588	118,38	0,036	0,072	10,8	9	1,62	
256,5	Рыба горбуша, тушенная в томате с овощами	29,22	110	7,773	3,74	4,107	82,133	0,018	0,018	7,425	29,828	0,917	
215,1	TK № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	6,12	40	0,32	0,04	1	5,64	0,01	0,02	4	9,2	0,24	0006 (№ Б/н(таб24))
0,21	Мандарины		95	0,76	0,19	7,125	36,1	0,057	0,028	36,1	33,25	0,095	
301	Булочка российская	1,37	60	4,251	2,897	39,197	199,8	0,069	0,069	0,043	16,843	0,589	0001 (№ 474)
3 321	TK № 3321 Пюре картофельное (рец. 321) Сб.1	2,46	110	2,246	3,52	14,988	100,65	0,101	0,083	13,319	27,115	0,743	0001 (№ 321)
	Итого:	43,13	618	17,211	10,627	103,844	578,103	0,326	0,304	71,687	143,276	5,07	
	Итого за день:	65,91	1 711	57,977	51,694	249,652	1 686,658	0,853	1,104	87,018	714,433	13,217	

Стоимость рациона: 292,03 руб.
 Стоимость по плану: 65,91 руб.
 Стоимость за 10: 65,24 руб.

шеф-повар: / Арланова М. Н.
 Врач(диетестра): /
 бухгалтер: / Мальцева Е. Н.

0000 - Продукт промышленного производства
 0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
 0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)
 0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания»(под. ред. Ф.Л.Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 2
Неделя: 1
Сезон: ВЕСНА - ЛЕТО ясли (примерное) 2024 г. - корпус 1
Возрастная категория: Дети-ясли _ 1 КОРПУС



Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг					Сб. рец., №рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Са	Fe	
Завтрак													
0,02	Бананы		95	1,425	0,095	19,95	82,935	0,038	0,095	9,5	7,6	1,14	
268	Бутерброды с маслом	3,08	4,828/30,172	2,957	9,112	17,645	164,138	0,06	0,036		11,224	0,748	
36	Какао на молоке	0,4	150	5,09	5,91	17,314	139,25	0,06	0,24	1,95	182,33	0,68	
182,3	Соус сладкий	20	25	1,8	2,125	13,875	82	0,044	0,095	0,25	76,75	0,05	
150,1	Суфле творожное	3,3	80	11,467	6,133	11,867	145,867	0,04	0,173	0,213	103,667	0,44	
0,09	Хлеб ржаной+	0,68	30	1,98	0,36	10,26	53,123	0,053	0,023		10,5	1,17	
	Итого:	27,46	415	24,719	23,735	90,91	667,312	0,295	0,662	11,913	392,071	4,228	
Завтрак 2ой													
0,24	Йогурт+	15,96	180	11,842	3,553	8,289	110,842		0,07	1,421	293,684	0,237	
	Итого:	15,96	180	11,842	3,553	8,289	110,842		0,07	1,421	293,684	0,237	
Обед													
83,1	ТК № 83.1 Суп из овощей (рец. 135) Сб.2	5,49	150	1,08	2,32	6,09	49,53	0,04	0,03	5,1	12,15	0,41	0002 (№ 135)
113,1	Хлебцы рыбные	25,94	60	12,4	3,2	4,8	95,7	0,05	0,09	0,83	40,03	0,55	
0,01	Соль+	0,07	4								14,72	0,116	0000
	Хлеб пшеничный+	0,32	10	0,66	0,12	3,42	17,7	0,018	0,008		3,5	0,39	
0,09	Хлеб ржаной+	0,34	15	0,99	0,18	5,13	26,561	0,026	0,011		5,25	0,585	
325	Соус белый основной	0,33	10	0,1	0,4	0,38	5,6		0,002		1,4	0,02	
0,12	Сок фруктовый	3,27	180	0,54		30,588	118,38	0,036	0,072	10,8	9	1,62	
0,13	Сметана в суп	1,34	7	0,21	0,7	0,21	7,91			0,047	6,3		
106,1	Рис припущенный	3,38	120	2,76	2,7	27,3	158,496	0,036	0,02		3,876	0,38	
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	10,2	40	0,44	0,08	1,52	8,56	0,02	0,02	10	5,6	0,36	0006 (№ Б/н(таб24))
220,1	Мясо для супа		20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	
222	Зелень в суп	0,38	1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04	
	Итого:	51,06	617	24,405	13,105	79,478	540,137	0,236	0,288	29,277	113,401	4,771	
Уплотненный полдник													
	Хлеб пшеничный+	0,48	15	0,99	0,18	5,13	26,55	0,026	0,011		5,25	0,585	
64,1	Салат из свеклы	0,3	30	0,375	1,275	3,75	28,35	0,008	0,008	1,185	9,9	0,375	
143,1	Напиток из плодов шиповника	4,24	150	0,5		13,21	51,3	0,01	0,1	164,92	9,3	3,79	0001 (№ 398)
0,14	Печенье	0,5	20										
108,1	Запеканка картофельная с мясом	3,15	180	11,655	26,753	33,671	416,846	0,45	0,18	16,594	29,88	2,565	
314,1	Соус томатный	1,03	25	0,425	1,125	1,95	20	0,005	0,005	0,7	5	0,175	
	Итого:	9,7	420	13,945	29,333	57,711	543,046	0,499	0,304	183,399	59,33	7,49	
	Итого за день:	104,18	1 632	74,911	69,726	236,389	1 861,338	1,029	1,324	226,01	858,486	16,727	

Стоимость рациона: 292,03 руб.
Стоимость по плану: 104,18 руб.
Стоимость за 10: 65,24 руб.

шеф-повар: _____ / Арланова М. Н.
Врач(диетсестра): _____ /
бухгалтер: _____ / Мальцева Е. Н.

- 0000 - Продукт промышленного производства
0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)
0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания»(под. ред. Ф.Л.Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)

День: 5
Неделя: 1
Сезон: ВЕСНА - ЛЕТО ясли (примерное) 2024 г. - корпус 1
Возрастная категория: Дети-ясли _ 1 КОРПУС



Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мкг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак												
268	Бутерброды с маслом	2,55	4/25	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62	
35,1	Кофейный напиток+	0,81	180	2,28	1,44	12,854	69,504	0,06	0,228	1,044	214,632	0,528	0001 (№ 395)
0,09	Хлеб ржаной+	0,27	12	0,792	0,144	4,104	21,249	0,021	0,009		4,2	0,468	
17,6	Суп молочный с крупой (кукурузная)	1,2	150	2,6	2,8	11	80,6	0,05	0,17	0,84	164,78	0,17	
	Итого:	4,83	371	8,122	11,934	42,578	307,353	0,181	0,437	1,884	392,912	1,786	
	Завтрак 2ой												
143,1	Напиток из плодов шиповника	4,24	150	0,5		13,21	51,3	0,01	0,1	164,92	9,3	3,79	0001 (№ 398)
	Итого:	4,24	150	0,5		13,21	51,3	0,01	0,1	164,92	9,3	3,79	
	Обед												
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087	0000
	Хлеб пшеничный+	0,48	15	0,99	0,18	5,13	26,55	0,026	0,011		5,25	0,585	
0,09	Хлеб ржаной+	0,32	14	0,924	0,168	4,788	24,791	0,025	0,011		4,9	0,546	
82,1	ТК № 82.1 Суп крестьянский с пшеном (рец. 134) Сб.2	3,46	150	1,06	1,49	5,63	40,2	0,03	0,02	4,95	12,9	0,36	0002 (№ 134)
222	Зелень в суп	0,38	1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04	
316,1	Лечо (перец маринованный резанный болгарский в банках) порционно	64,98	40	0,6	2,4	4	40	0,01	0,03	20,4	8	0,8	
220,1	Мясо для супа		20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	
0,12	Сок фруктовый	3,27	180	0,54		30,588	118,38	0,036	0,072	10,8	9	1,62	
225,1	Залежка из печени с рисом	4,05	160	27,02	8,08	22,4	270,48	0,152		16,296	21,136	3,424	
	Итого:	76,99	583	36,359	15,723	72,576	572,101	0,289	0,179	54,946	83,801	7,762	
	Уплотненный полдник												
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)	2,68	150	2,23	6,13	13,78	118,8	0,11	0,11	28,81	35,06	1,1	
487	Салат «Стелной»	2,03	40	0,46	3,37	2,83	43,55	0,027		4,17	7,11	0,276	
	Хлеб пшеничный+	0,96	30	1,98	0,36	10,26	53,1	0,053	0,023		10,5	1,17	
33	Чай с сахаром	0,28	150	0,16		0,03	40,8		0,01	0,08	4,04	0,67	
340,8	Пирожки простые-печеные с яблоками	1,32	60	3,429	1,474	28,509	140,571	0,069	0,034	0,206	12,171	0,977	
	Итого:	7,27	430	8,259	11,334	55,409	396,821	0,258	0,177	33,266	68,881	4,193	
	Итого за день:	93,33	1 534	53,24	38,991	183,773	1 327,575	0,738	0,893	255,016	554,894	17,531	

Стоимость рациона: 292,03 руб.
Стоимость по плану: 93,33 руб.
Стоимость за 10: 65,24 руб.

шеф-повар: _____ / Арланова М. Н.
Врач(диетсестра): _____ /
бухгалтер: _____ / Мальцева Е. Н.

- 0000 - Продукт промышленного производства
- 0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
- 0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)


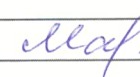


День: 2
Неделя: 2
Сезон: ВЕСНА - ЛЕТО ясли (примерное) 2024 г. - корпус 1
Возрастная категория: Дети-ясли _ 1 КОРПУС

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, м			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.		
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe			
Завтрак															
268	Бутерброды с маслом	2,64	4,138/25,862	2,534	7,81	15,124	140,69	0,052	0,031		9,621	0,641			
146,1	Пудинг из творога	3,17	80	10,448	10,952	19,496	214,192	0,044	0,178	0,133	97,424	0,768			
182,3	Соус сладкий	32	40	2,88	3,4	22,2	131,2	0,07	0,152	0,4	122,8	0,08			
34	Чай с молоком	0,33	180	1,92	1,92	14,88	84,48	0,012	0,072	0,432	67,5	1,068			
0,09	Хлеб ржаной+	0,46	20	1,32	0,24	6,84	35,415	0,035	0,015		7	0,78			
Итого:				38,6	350	19,102	24,322	78,54	605,977	0,213	0,448	0,965	304,345	3,337	
Завтрак 2ой															
0,24	Йогурт+	15,96	180	11,842	3,553	8,289	110,842		0,07	1,421	293,684	0,237			
Итого:				15,96	180	11,842	3,553	8,289	110,842	0,07	1,421	293,684	0,237		
Обед															
87,1	Суп картофельный с макаронными изделиями	1,11	150	1,7	1,1	11,9	67,1	0,06	0,04	4,17	12,13	0,57			
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087	0000		
				0,32	10	0,66	0,12	3,42	17,7	0,018	0,008	3,5	0,39		
0,09	Хлеб пшеничный+	0,46	20	1,32	0,24	6,84	35,415	0,035	0,015		7	0,78			
123,4	Компот из плодов сушеных	5,25	150	1,1		29,412	115,12						0001 (№ 376)		
230	Масло сливочное для подачи к блюдам	1,53	3	0,024	2,178	0,036	19,818		0,06		0,72	0,006			
222	Зелень в суп	0,38	1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04			
204,1	Гречка рассыпчатая	2,4	100	6,01	1,56	30,39	144,07	0,16	0,086		13,03	3,06			
263,1	Бефстроганов из говядины	2,72	60	14,63	1,52	0,28	72,96	0,06	0,09	0,12	7,2	1,21			
486	Салат «Витаминный»	2,79	40	0,44	3,37	2,63	42,59	0,015		2,15	8,18	0,239			
220,1	Мясо для супа		20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3			
Итого:				17,01	557	31,109	13,493	84,948	566,473	0,358	0,334	8,94	74,375	6,682	
Уплотненный полдник															
478	Оладьи из печени (запеченные)	3,26	80	14,387	8,547	9,6	172,8	0,187	1,413	11,2	8	4,496	0002 (№ 468)		
				0,48	15	0,99	0,18	5,13	26,55	0,026	0,011	5,25	0,585		
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)	3,58	200	2,973	8,173	18,373	158,4	0,147	0,147	38,413	46,747	1,467			
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	10,2	40	0,44	0,08	1,52	8,56	0,02	0,02	10	5,6	0,36	0006 (№ 6/н(та624))		
129,1	Кисель из клюквы	4,86	150	0,1		20,706	86,56			0,09	4,86	0,12	0001 (№ 378)		
0,28	Апельсины		95	0,855	0,19	7,695	34,371	0,038	0,003	57	32,3	0,285			
303	Шанежка с картофелем	4,72	60	6,009	6,523	34,569	221,014	0,074	0,074	4,059	119,154	0,736	0003 (№ 303)		
Итого:				27,1	640	25,754	23,693	97,593	708,255	0,491	1,867	120,762	221,911	8,049	
Итого за день:				98,67	1 727	87,807	65,061	269,371	1 991,547	1,062	2,519	132,088	894,315	18,305	

Стоимость рациона: 292,03 руб.
Стоимость по плану: 98,67 руб.
Стоимость за 10: 65,24 руб.

шеф-повар:  / Арланова М. Н.
Врач(диетсестра): _____ / _____
бухгалтер:  / Мальцева Е. Н.

- 0000 - Продукт промышленного производства
- 0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
- 0002 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)
- 0003 - Техничко-технологическая карта
- 0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания»(под. ред. Ф.Л.Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)



День: 3
 Неделя: 2
 Сезон: ВЕСНА - ЛЕТО ясли (примерное) 2024 г. - корпус 1
 Возрастная категория: Дети-ясли _ 1 КОРПУС

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Сб. рец., №рец.		
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C			
	Завтрак												
271,1	ТК № 271.1 Кукуруза консервир. порц. (без номера) Сб. 1994 г.	4,68	40	0,88	0,16	4,48	23,2	0,01	0,02	1,92	2	0,16	0006 (№ б/н(таб24))
1,1	Масло	2,55	4	0,048	4,056	0,072	36,96		0,008		1,344	0,008	
24,1	Омлет с сыром	17,07	160	20,267	20,8	3,2	277,333	0,08	0,48	0,373	297,2	2,64	
35,1	Кофейный напиток+	0,77	170	2,153	1,36	12,14	65,643	0,057	0,215	0,986	202,708	0,499	0001 (№ 395)
0,09	Хлеб ржаной+	0,23	10	0,66	0,12	3,42	17,708	0,018	0,008		3,5	0,39	
0,25	Батон нарезной		25	1,9	0,225	11,675	57,408	0,04	0,015		5,75	0,475	
	Итого:	25,3	409	25,908	26,721	34,987	478,252	0,204	0,746	3,279	612,502	4,172	
	Завтрак 2ой												
37,1	Молоко кипяченое		150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07	
	Итого:		150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07	
	Обед												
253,2	Суп картофельный с клецками	1,07	140	1,923	2,669	12,777	82,88	0,062		6,457	14,299	0,582	
300,2	Клецки+	0,4	15	0,874	0,83	3,612	25,434	0,012	0,021		10,329	0,095	0001 (№ 120)
	Хлеб пшеничный+	0,32	10	0,66	0,12	3,42	17,7	0,018	0,008		3,5	0,39	
0,09	Хлеб ржаной+	0,32	14	0,924	0,168	4,788	24,791	0,025	0,011		4,9	0,546	
0,12	Сок фруктовый	2,73	150	0,45		25,49	98,65	0,03	0,06	9	7,5	1,35	
220,1	Мясо для супа		15	3,9	2,55		38,55	0,008	0,023		4,5	0,225	
163,1	Капуста тушеная	0,52	115	3,642	3,162	14,854	90,083	0,048	0,057	30,456	75,152	1,131	
60,2	Икра морковная	0,32	30	0,825	2,775	4,35	42,975	0,015	0,015	2,483	12,75	0,57	
222	Зелень в суп	0,38	1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04	
118,2	Суфле из филе куриного с рисом	21,23	50	12,827	6,818	2,273	121,718	0,045		0,1	31,509	1,027	
314,1	Соус томатный	0,41	10	0,17	0,45	0,78	8	0,002	0,002	0,28	2	0,07	
	Итого:	27,7	550	26,22	19,548	72,384	551,081	0,263	0,201	51,275	172,014	6,027	
	Уплотненный полдник												
0,09	Хлеб ржаной+	0,46	20	1,32	0,24	6,84	35,415	0,035	0,015		7	0,78	
0,02	Бананы		95	1,425	0,095	19,95	82,935	0,038	0,095	9,5	7,6	1,14	
147,1	Блины	1,76	60	4,1	2,5	25,4	126,1	0,08	0,03		10,98	0,8	
0,22	Мёд	1,5	10	0,08		8,02	31			0,2	1,4	0,08	
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду)	0,55	15	0,3	0,72	1,14	12,12	0,006	0,012	0,042	8,988	0,024	
	Хлеб пшеничный+	0,48	15	0,99	0,18	5,13	26,55	0,026	0,011		5,25	0,585	
320,1	Рулет картофельный с яйцом	7,69	190	10,692	13,418	39,942	322,791	0,233	0,308	29,663	52,782	2,658	
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	6,12	40	0,32	0,04	1	5,64	0,01	0,02	4	9,2	0,24	0006 (№ б/н(таб24))
273,4	Напиток лимонный	0,2	180	0,408		20,388	83,7	0,005		4,788	5,274	0,121	
	Итого:	18,76	625	19,635	17,193	127,81	726,251	0,433	0,491	48,193	108,474	6,428	
	Итого за день:	71,76	1 734	75,662	67,462	242,282	1 833,384	0,941	1,598	103,528	946,37	16,696	

Стоимость рациона: 292,03 руб.
 Стоимость по плану: 71,76 руб.
 Стоимость за 10: 65,24 руб.

шеф-повар: *(signature)* / Арланова М. Н.
 Врач(диетсестра): /
 бухгалтер: *(signature)* / Мальцева Е. Н.

0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
 0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания»(под. ред. Ф.Л.Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)



День: 4
 Неделя: 2
 Сезон: ВЕСНА - ЛЕТО ясли (примерное) 2024 г. - корпус 1
 Возрастная категория: Дети-ясли _1 КОРПУС

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	Сб. рец., №рец.	
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С			
	Завтрак												
500	Бутерброд с сыром (на батоне)	5,64	25/10,4	4	3,3	13,3	100,8	0,035	0,035	0,14	92,5	0,41	
2,1	Каша пшеничная молочная	0,66	150	8,6	5	39,2	240,9	0,18	0,16	0,69	149,49	1,25	
1	Масло в кашу	2,55	4	0,032	2,904	0,048	26,424		0,008		0,96	0,008	
33	Чай с сахаром	0,28	150	0,16		0,03	40,8		0,01	0,08	4,04	0,67	
0,09	Хлеб ржаной+	0,36	16	1,056	0,192	5,472	28,332	0,028	0,012		5,6	0,624	
	Итого:	9,49	355,4	13,848	11,396	58,05	437,256	0,243	0,225	0,91	252,59	2,962	
	Завтрак 2ой												
51	Снежок	12,87	150										
	Итого:	12,87	150										
	Обед												
276	Салат из консервированных овощей	3,31	30	0,6	1,545	1,5	22,538	0,023	0,008	2,415	6,533	0,195	
0,13	Сметана в суп	1,53	8	0,24	0,8	0,24	9,04			0,053	7,2		
	Хлеб пшеничный+	0,32	10	0,66	0,12	3,42	17,7	0,018	0,008		3,5	0,39	
0,09	Хлеб ржаной+	0,46	20	1,32	0,24	6,84	35,415	0,035	0,015		7	0,78	
220,1	Хлеб ржаной+		20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	
234,3	Мясо для супа		20				98	0,14	0,112	0,63	14	0,42	
129,1	Рыба горбуша припущенная	31,05	70	14,35	4,55		20,706			0,09	4,86	0,12	0001 (№ 378)
104,1	Кисель из клюквы	4,86	150	0,1			15,389	0,095	0,08	7,927	27,159	0,803	
222	Картофельное пюре		110	2,332	2,992	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04	
70,1	Зелень в суп	0,38	1	0,025	0,005	0,04	0,3	0,035	0,026	4,047	25,775	0,832	
	Борщ сибирский	0,63	130	1,993	2,167	7,973	59,713	0,354	0,283	17,662	107,601	3,88	
	Итого:	42,54	549	26,82	15,819	56,108	482,603						
	Уплотненный полдник												
0,29	Яблоко		95	0,038	0,038	9,31	40,546	0,028	0,019	156,75	15,2	2,09	
183	Соус сметанный	1,97	40	0,64	0,8	2,24	19,36		0,016	0,016	8,832	0,064	
230	Масло сливочное для подачи к блюдам	2,04	4	0,032	2,904	0,048	26,424		0,08		0,96	0,008	
275	Компот из консервированных плодов	0,08	180	0,144		27,6	111,96	0,014	0,029	2,16	7,56	0,396	
180,1	Вареники ленивые	0,32	120	14,8	14,26	20,96	272,1	0,06	0,24	0,2	130,88	0,78	
0,01	Хлеб пшеничный+	0,8	25	1,65	0,3	8,55	44,25	0,044	0,019		8,75	0,975	0000
0,15	Соль+	0,03	2								7,36	0,058	
	Мармелад	1	20	0,02		15,88	64,2	0,146	0,403	169,126	180,342	4,451	
	Итого:	6,24	486	17,324	18,302	84,588	578,84	0,743	0,911	177,698	540,533	11,293	
	Итого за день:	71,14	1 540,4	57,992	45,517	198,746	1 498,699						

Стоимость рациона: 292,03 руб.
 Стоимость по плану: 71,14 руб.
 Стоимость за 10: 65,24 руб.

шеф-повар: _____ / Арланова М. Н.

Врач(диетсестра): _____ /

бухгалтер: _____ / Мальцева Е. Н.

0000 - Продукт промышленного производства
 0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» (под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)

МБДОУ г. Нижнеартовска ДС №27
 "Филиппок"
 Сингизова Ю. Ю.
 М. П. _____
 12 апреля 2024 г.
 Подпись _____



День: 5
 Неделя: 2
 Сезон: ВЕСНА - ЛЕТО ясли (примерное) 2024 г. - корпус 1
 Возрастная категория: Дети-ясли _ 1 КОРПУС

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., Назв.
				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	
1,1	Масло	3,19	5	0,06	5,07	0,09	46,2		0,01		1,68	0,01	
34	Чай с молоком	0,28	155	1,653	1,653	12,813	72,747	0,01	0,062	0,372	58,125	0,92	
0,09	Хлеб ржаной+	0,23	10	0,66	0,12	3,42	17,708	0,018	0,008		3,5	0,39	
17,4	Суп молочный с крупой (ячневая)	1,1	150	2,6	2,8	11	80,6	0,05	0,17	0,84	164,78	0,17	
	Итого:	4,8	350	7,253	9,913	41,333	286,144	0,126	0,267	1,212	234,985	2,06	
	Завтрак 2ой												
37,1	Молоко кипяченое		150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07	
	Итого:		150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07	
	Обед												
0,12	Сок фруктовый	2,73	150	0,45		25,49	98,65	0,03	0,06	9	7,5	1,35	
	Хлеб пшеничный+	0,32	10	0,66	0,12	3,42	17,7	0,018	0,008		3,5	0,39	
0,09	Хлеб ржаной+	0,55	24	1,584	0,288	8,208	42,498	0,042	0,018		8,4	0,936	
106,1	Рис припущенный	2,82	100	2,3	2,25	22,75	132,08	0,03	0,017		3,23	0,317	
79,1	Рассольник домашний	0,26	140	1,307	2,893	8,12	64,867	0,047	0,037	6,151	16,772	0,569	
220,1	Мясо для супа		20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	
222	Зелень в суп	0,38	1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04	
505	Котлеты из куриной грудки (запеченные)	15,7	60	8,7	4,19	8,93	108,25	0,05		0,23	28,93	1,06	
0,13	Сметана в суп	1,34	7	0,21	0,7	0,21	7,91			0,047	6,3		
62,1	Салат из свеклы с черносливом	1,4	40	0,6	2	2,5	41,6	0,01	0,02	1,63	15,52	0,59	
	Итого:	25,5	552	21,036	15,846	79,668	565,255	0,236	0,195	19,557	101,727	5,552	
	Уплотненный полдник												
246,1	Рыба минтай запеченная с картофелем по-русски	7,44	220	24,787	18,597	12,188	315,7	0,33		14,85	59,664	1,836	
	Хлеб пшеничный+	0,64	20	1,32	0,24	6,84	35,4	0,035	0,015		7	0,78	0000
0,01	Соль+	0,03	2								7,36	0,058	
0,18	Вафли	11,68	25	0,6	0,525	15	65,1	0,006	0,003		1,875	0,113	
311,1	ТК № 311.1 Томаты консервированные порциями (без номера) Сб. 1994 г.	5,07	40	0,44	0,04	1,4	7,72		0,01	6	4	0,32	0006 (№ 5/таб24)
128	Компот из смеси сухофруктов	2,33	170	1,247		37,853	148,512	0,011	0,068	2,119	49,209	1,326	0001 (№ 376)
0,28	Апельсины		95	0,855	0,19	7,695	34,371	0,038	0,003	57	32,3	0,285	
	Итого:	27,19	572	29,248	19,592	80,976	606,803	0,421	0,098	79,969	161,408	4,718	
	Итого за день:	57,49	1 624	61,437	49,352	209,078	1 536,002	0,823	0,72	101,519	651,5	12,4	

Стоимость рациона: 292,03 руб.
 Стоимость по плану: 57,49 руб.
 Стоимость за 10: 65,24 руб.

шеф-повар: _____ / Арланова М. Н.
 Врач(диетсестра): _____ /
 бухгалтер: _____ / Мальцева Е. Н.

0000 - Продукт промышленного производства
 0001 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
 0006 - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания»(под. ред. Ф.Л.Марчука, изд. 1996 г., Москва, Хлебпродинформ)