"УТВЕРЖДАЮ"
М. ДОУ г. Нижнего Новгорода детский сад №15 "Одуванчик"
Осипова Е.В.
М.П. 2023 г.
Подпись

День 1
Неделя 1
Сезон Лето-осень сад
Возрастная категория Дети-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 | СБ (ед., мг) |
| | **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| 2,1 | Каша пшённая молочная+ | 11,04 | 180 | 10,26 | 5,94 | 47,25 | 289,08 | 0,216 | 0,189 | 0,828 | 179,397 | 1,494 | 0001 (№185) |
| 1 | Масло в кашу+ | 2,7 | 5 | 0,093 | 8,47 | 0,14 | 77,07 | | 0,023 | | 2,8 | 0,023 | 0000 |
| 33 | Чай с сахаром+ | 0,81 | 180 | 0,18 | | 0,036 | 44,1 | | 0,009 | 0,09 | 3,96 | 0,714 | 0001 (№ 350) |
| 268 | Бутерброды с маслом+ | 4,66 | 4,375/30,625 | 2,144 | 6,606 | 12,793 | 119 | 0,044 | 0,026 | | 8,138 | 0,543 | 0001 (№ 1) |
| | **Итого:** | **19,21** | **400** | **12,677** | **21,016** | **60,219** | **529,25** | **0,26** | **0,248** | **0,918** | **194,295** | **2,814** | |
| | **Завтрак 2ой** | | | | | | | | | | | | |
| 0,44 | Сок фруктовый+ | 11,61 | 100 | 0,556 | 0,111 | 15,333 | 59,6 | 0,022 | 0,011 | 2,222 | 22,222 | 0,444 | 0000 |
| | **Итого:** | **11,61** | **100** | **0,556** | **0,111** | **15,333** | **59,6** | **0,022** | **0,011** | **2,222** | **22,222** | **0,444** | |
| | **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| 215,1 | Огурцы свежие порциями+ | 5,06 | 40 | 0,267 | 0,04 | 0,733 | 4,4 | 0,013 | 0,007 | 2,8 | 6,8 | 0,2 | 0000 |
| 236,1 | Печень по – строгановски+ | 21,43 | 80 | 9,49 | 8,42 | 5 | 136,8 | 0,19 | | 20,37 | 26,42 | 4,28 | 0002 (№ 431) |
| 128 | Компот из смеси сухофруктов+ | 1,59 | 155 | 1,163 | | 34,26 | 134,432 | 0,016 | 0,062 | 1,938 | 44,873 | 1,209 | 0001 (№ 376) |
| 220,1 | Мясо для супа+ | 16,65 | 25 | 6,5 | 4,2 | | 63,5 | 0,013 | 0,04 | | 7,5 | 0,4 | 0001 (№ 273) |
| 103,1 | Макаронные изделия отварные+ | 5,27 | 120 | 9,8 | 3,456 | 58,296 | 183,488 | 0,184 | 0,072 | | 22,488 | 1,304 | 0001 (№ 317) |
| 70,1 | Борщ сибирский+ | 3,61 | 140 | 1,613 | 2,313 | 8,613 | 64,4 | 0,037 | 0,028 | 4,368 | 27,757 | 0,896 | (№ 111) |
| 0,09 | Хлеб ржаной+ | 1,86 | 40 | 2,64 | 0,48 | 12,08 | 70,808 | 0,072 | 0,032 | | 14 | 1,56 | 0000 |
| | **Итого:** | **55,47** | **600** | **31,472** | **18,909** | **118,982** | **657,828** | **0,525** | **0,241** | **29,466** | **149,837** | **9,849** | |
| | **Полдник** | | | | | | | | | | | | |
| 37,1 | Молоко кипячённое | 11,05 | 180 | 4,59 | 4,77 | 7,56 | 93,06 | 0,045 | 0,189 | 0,936 | 20,16 | 0,09 | (№ 400) |
| 302,1 | Сырная палочка+ | 16,35 | 70 | 8,596 | 25,634 | 45 | 404,88 | 0,096 | 0,096 | 0,154 | 136,108 | 0,824 | 0003 |
| | **Итого:** | **27,4** | **250** | **13,186** | **30,404** | **52,56** | **497,94** | **0,141** | **0,285** | **1,09** | **156,268** | **0,914** | |
| | **Ужин** | | | | | | | | | | | | |
| 3 321 | Пюре картофельное | 8,76 | 140 | 0,297 | 0,381 | 2,8 | 12,974 | 0,13 | 0,104 | 16,95 | 34,51 | 0,942 | 0001 (№ 321) |
| 132 | Кисель из кураги+ | 6,96 | 200 | 1 | | 37,906 | 161,96 | | 0,03 | 0,04 | 24,66 | 0,59 | 0001 (№ 350) |
| 0,1 | Хлеб пшеничный+ | 1,44 | 30 | 2,28 | 0,27 | 12,204 | 66,48 | 0,048 | 0,018 | | 6,9 | 0,57 | 0000 |
| 3 263,1 | Фрикадельки рыбные отварные (из горбуши) | 44,42 | 80 | 13,4 | 6,5 | 5,44 | 133,9 | 0,1 | 0,11 | | 17 | 0,8 | 0001 (№ 263) |
| | **Итого:** | **61,58** | **450** | **16,977** | **7,151** | **58,35** | **375,314** | **0,278** | **0,262** | **16,99** | **83,07** | **2,792** | |
| | **Итого за день:** | **175,27** | **1 800** | **74,867** | **77,591** | **305,444** | **2 119,931** | **1,226** | **1,046** | **50,686** | **605,692** | **16,743** | |

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 175,27 руб.
Стоимость за 10: 212,9 руб.

Шеф-повар: / Коржова Ю. А.

Мед работник: / Мелюхина Е.В.

Бухгалтер: / Орлова О. В.

0000 - Продукт промышленного производства
0001 - «Сборник рецептур 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 рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)
0003 - Технико-технологическая карта

Сканировано с CamScanner

"УТВЕРЖДАЮ"
М□ДОУ гор□да Нижнего□Т□вск□ДС
№15 "□□льшая□7
□□льшая□□
М.П. 1 июля 2023 г.
Подпись _____

Д□нь 2
□□д□ня 1
Сезон: Лето-осень сад
Возрастная категория: Дети-сад

# 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. Мерц |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | белки | жиры | углеводы | | B1 | B2 | C | Ca | Fe | |
| | **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| 182,1 | Соус молочный (сладкий)+ | 4,71 | 50 | 0,2 | 0,4 | 1,5 | 10 | | 0,01 | 0,03 | 6,17 | 0,02 | 0001 (№ 351) |
| 36,2 | Какао на молоке | 13,16 | 200 | 4,61 | 4,14 | 18,386 | 129,21 | 0,08 | | 2,6 | 240,45 | 0,25 | 0001 (№ 397) |
| 25,2 | Запеканка из творога+ | 35,61 | 110 | 17,518 | 18,251 | 8,91 | 266,283 | 0,055 | 0,231 | 0,253 | 131,901 | 0,594 | 0001 (№ 237) |
| 100 | Бутерброд с сыром+ | 8,13 | 30/12 | 4,6 | 3,8 | 15,2 | 115,2 | 0,07 | 0,08 | 0,011 | 142,4 | 0,96 | 0001 (№ 3) |
| | **Итого:** | **61,61** | **402** | **26,928** | **26,591** | **43,996** | **520,693** | **0,205** | **0,321** | **2,894** | **520,921** | **1,824** | |
| | **Завтрак 2ой** | | | | | | | | | | | | |
| 0,27 | Персики+ | 17,78 | 100 | 0,9 | 0,1 | 9,5 | 40,6 | 0,04 | 0,08 | 10 | 20 | 0,6 | |
| | **Итого:** | **17,78** | **100** | **0,9** | **0,1** | **9,5** | **40,6** | **0,04** | **0,08** | **10** | **20** | **0,6** | |
| | **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| 234,5 | Рыба минтай припущенная+ | 24,18 | 80 | 16,4 | 5,2 | | 96,11 | 0,7 | 0,1 | 1,82 | 39,29 | 0,56 | 0001 (№ 245) |
| 105 | Рис отварной+ | 7,1 | 120 | 2,912 | 3,344 | 26,536 | 164,36 | 0,024 | 0,016 | | 4,208 | 0,4 | 0001 (№ 313) |
| 0,09 | Хлеб ржаной+ | 1,86 | 40 | 2,64 | 0,48 | 12,08 | 70,808 | 0,072 | 0,032 | | 14 | 1,56 | 0000 |
| 216,1 | Помидоры свежие порциями+ | 7,41 | 45 | 0,525 | 0,075 | 1,725 | 9,3 | 0,03 | 0,015 | 11,25 | 6,3 | 0,405 | 0000 |
| 273,4 | Напиток лимонный | 2,21 | 160 | 0,08 | 0,008 | 14,048 | 56,8 | 0,004 | | 4,256 | 4,688 | 0,107 | 0002 (№ 699) |
| 220,1 | Мясо для супа+ | 16,65 | 25 | 6,5 | 4,2 | | 63,5 | 0,013 | 0,04 | | 7,5 | 0,4 | 0001 (№ 273) |
| 91,1 | Суп из овощей с фасолью+ | 5,04 | 130 | 0,718 | 2,6 | 4,16 | 42,708 | 0,026 | 0,026 | 2,383 | 9,844 | 0,302 | 0002 (№ 144) |
| | **Итого:** | **64,45** | **600** | **29,775** | **15,907** | **58,549** | **503,586** | **0,869** | **0,229** | **19,709** | **85,83** | **3,734** | |
| | **Полдник** | | | | | | | | | | | | |
| 301 | Булочка российская+ | 6,98 | 70 | 4,96 | 3,38 | 45,73 | 233,1 | 0,08 | 0,08 | 0,05 | 19,65 | 0,687 | 0001 (№ 474) |
| 281 | Кефир*+ | 14,4 | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,2 | 90 | 0,07 | 0,31 | 1,26 | 216 | 0,18 | (№ 401) |
| | **Итого:** | **21,38** | **250** | **10,18** | **7,88** | **52,93** | **323,1** | **0,15** | **0,39** | **1,31** | **235,65** | **0,867** | |
| | **Ужин** | | | | | | | | | | | | |
| 247,3 | Винегрет овощной (с зеленым горошком)++ | 13,76 | 160 | 2,24 | 12,181 | 11,659 | 166,432 | 0,053 | 0,053 | 14,987 | 45,28 | 1,205 | 0001 (№ 45) |
| 0,3 | Яйцо отварное+ | 10,92 | 60 | 3,13 | 2,835 | 0,345 | 38,725 | 0,004 | 0,017 | | | | 0001 (№ 213) |
| 0,1 | Хлеб пшеничный+ | 1,92 | 40 | 3,04 | 0,36 | 16,272 | 88,64 | 0,064 | 0,024 | | 9,2 | 0,76 | 0000 |
| 34,1 | Чай с лимоном+ | 2 | 190 | 0,008 | 0,001 | 9,025 | 36,765 | 0,003 | 0,003 | 2,755 | 7,79 | 0,862 | 0001 (№ 393) |
| | **Итого:** | **28,6** | **450** | **8,418** | **15,377** | **37,301** | **330,562** | **0,124** | **0,097** | **17,742** | **62,27** | **2,827** | |
| | **Итого за день:** | **193,82** | **1 802** | **76,2** | **65,855** | **202,276** | **1 718,54** | **1,388** | **1,117** | **51,655** | **924,671** | **9,852** | |

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 193,82 руб.
Стоимость за 10: 212,9 руб.

Шеф-повар: _____ / Коржова Ю. А.

Мед.работник: _____ / Мелюхина Е. В.

Бухгалтер: _____ / Орлова О. В.

0000 - Продукт промышленного производства
0001 - «Сборник рецептур 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 рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)

Сканировано с CamScanner

Д № 3
Сезон: Лето-осень сад
Возрастная категория: Дети-сад

" УТВЕРЖДАЮ"
МБДОУ г.о.г.да Нижнего Новгорода ДС
№15 "Солнышко"
Ольник О. О.
М. П. 1 июня 2023 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 | | Сб. рец., №рец |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | белки | жиры | углеводы | | B1 | B2 | C | Ca | Fe | |
| | **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| 312,2 | Икра кабачковая порционная+ | 6,84 | 50 | 0,85 | 6,65 | 2,55 | 74 | 0,015 | 0,03 | 3,5 | 21,5 | 0,35 | 0000 |
| 0,19 | Бутерброд с маслом и сыром+ | 7,4 | 5/5/30 | 2,52 | 8,17 | 0,09 | 84 | 0,01 | | 0,18 | 108,68 | 0,13 | 0001 (№ 3) |
| 15,1 | Омлет натуральный+ | 24,36 | 110 | 1,65 | 11,275 | 14,025 | 153,725 | 0,055 | 0,303 | 0,165 | 75,02 | 1,78 | 0001 (№ 215) |
| 35,1 | Кофейный напиток+ | 10,95 | 200 | 2,5 | 1,6 | 14,316 | 77,26 | 0,06 | 0,25 | 1,15 | 40,86 | 0,59 | 0001 (№ 395) |
| | **Итого:** | **49,55** | **400** | **7,52** | **27,695** | **30,981** | **388,985** | **0,14** | **0,582** | **4,995** | **246,06** | **2,83** | |
| | **Завтрак 2ой** | | | | | | | | | | | | |
| 0,29 | Яблоко+ | 8,5 | 85 | 0,04 | 0,04 | 9,8 | 42,68 | 0,03 | 0,02 | 165 | 16 | 2,2 | 0000 |
| | **Итого:** | **8,5** | **85** | **0,04** | **0,04** | **9,8** | **42,68** | **0,03** | **0,02** | **165** | **16** | **2,2** | |
| | **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| 311 | Томаты консервированные с кожицей, порциями+ | 8,8 | 40 | 0,44 | 0,04 | 1,4 | 8 | 0,004 | 0,008 | 6 | 4 | 0,32 | 0000 |
| 0,09 | Хлеб ржаной+ | 1,86 | 40 | 2,64 | 0,48 | 12,08 | 70,808 | 0,072 | 0,032 | | 14 | 1,56 | 0000 |
| 143,1 | Напиток из плодов шиповника+ | 2,58 | 145 | 0,508 | | 13,276 | 51,49 | 0,007 | 0,094 | 159,5 | 8,99 | 3,669 | 0001 (№ 398) |
| 0,13 | Сметана в суп+ | 2,75 | 15 | 0,72 | 2,4 | 0,66 | 27,12 | | 0,06 | 0,15 | 21,6 | 0,06 | 0000 (№ 0000) |
| 220,1 | Мясо для супа+ | 16,65 | 25 | 6,5 | 4,2 | | 63,5 | 0,013 | 0,04 | | 7,5 | 0,4 | 0001 (№ 273) |
| 250,2 | Биточки+ | 24,99 | 80 | 12,9 | 7,8 | 7,8 | 152 | 0,05 | 0,1 | 0,112 | 30,65 | 0,825 | 0001 (№ 282) |
| 80,1 | Рассольник ленинградский+ | 3,8 | 145 | 1,38 | 2,975 | 21,75 | 72,21 | 0,048 | 0,038 | 4,089 | 12,18 | 0,539 | 0001 (№ 76) |
| 163,1 | Капуста тушённая+ | 6,19 | 110 | 3,52 | 3,007 | 12,833 | 84,7 | 0,337 | 0,059 | 29,128 | 24,669 | 1,085 | 0001 (№ 336) |
| | **Итого:** | **67,62** | **600** | **28,608** | **20,902** | **69,8** | **529,827** | **0,532** | **0,431** | **198,979** | **123,589** | **8,458** | |
| | **Полдник** | | | | | | | | | | | | |
| 0,24 | Йогурт+ | 18 | 200 | 13,158 | 3,947 | 9,211 | 123,158 | | 0,078 | 1,579 | 326,316 | 0,263 | 0001 (№ 401) |
| 0,18 | Вафли+ | 8,51 | 45 | 0,72 | 0,63 | 18 | 78,12 | 0,008 | 0,003 | | 2,25 | 0,135 | 0000 |
| | **Итого:** | **26,51** | **245** | **13,878** | **4,577** | **27,211** | **201,278** | **0,008** | **0,081** | **1,579** | **328,566** | **0,398** | |
| | **Ужин** | | | | | | | | | | | | |
| 273 | Напиток "Валитек"+ | 7,41 | 190 | 0,323 | 0,171 | 29,726 | 126,464 | | | 1,216 | 8,208 | 1,976 | 0000 (№ 0000) |
| 252,3 | Рагу овощное (3-й вариант)+ | 15,35 | 210 | 3,119 | 8,579 | 23,1 | 166,74 | 0,147 | 0,147 | 40,32 | 49,077 | 1,533 | 0001 (№ 137) |
| 0,1 | Хлеб пшеничный+ | 2,4 | 50 | 3,8 | 0,45 | 20,34 | 110,8 | 0,08 | 0,03 | | 11,5 | 0,95 | 0000 |
| | **Итого:** | **25,16** | **450** | **7,242** | **9,2** | **73,166** | **404,004** | **0,227** | **0,177** | **41,536** | **68,785** | **4,459** | |
| | **Итого за день:** | **177,34** | **1 780** | **57,287** | **62,414** | **210,957** | **1 566,774** | **0,936** | **1,292** | **412,089** | **783** | **18,345** | |

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 177,34 руб.
Стоимость за 10: 212,9 руб.

Шеф-повар: / Коржова Ю. А.

Мед.работник: / Мелюхина Е. В.

Бухгалтер: / Орлова О. В.

0000 - Продукт промышленного производства
0001 - «Сборник рецептур 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)

Сканировано с CamScanner

"УТВЕРЖДАЮ"
МКДОУ города Нижнего Новгорода ДС №15 "Солнышко"
Остальник О.В.
М.П. 1 июля 2023 г
Подпись _____

Неделя 4
День 1
Сезон: Лето-осень сад
Возрастная категория: Дети-сад

# 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., перец |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | белки | жиры | углеводы | | B1 | B2 | C | Ca | Fe | |
| | **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| 17.3 | Суп молочный с крупой (геркулес)++ | 6,92 | 160 | 2,8 | 2,96 | 11,68 | 86 | 0,048 | 0,184 | 0,888 | 175,856 | 0,176 | 0002 (№ 161) |
| 33 | Чай с сахаром+ | 0,89 | 200 | 0,2 | | 0,04 | 49 | | 0,01 | 0,1 | 4,4 | 0,86 | 0001 (№ 392) |
| 266 | Бутерброды с джемом+ | 3,68 | 30/10 | 2,51 | 3,93 | 28,88 | 161 | 0,05 | 0,03 | 0,48 | 10,5 | 0,69 | 0002 (№ 1) |
| | **Итого:** | **11,49** | **400** | **5,51** | **6,89** | **40,6** | **296** | **0,098** | **0,224** | **1,468** | **190,756** | **1,726** | |
| | **Завтрак 2ой** | | | | | | | | | | | | |
| 0.43 | Слива+ | 10 | 100 | 1,1 | 0,4 | 10,6 | 48,28 | 0,01 | 0,01 | 15 | 33 | 1,8 | |
| | **Итого:** | **10** | **100** | **1,1** | **0,4** | **10,6** | **48,28** | **0,01** | **0,01** | **15** | **33** | **1,8** | |
| | **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| 60.1 | Икра свекольная+ | 2,49 | 35 | 0,992 | 3,208 | 3,908 | 48,942 | 0,012 | 0,017 | 2,893 | 14,875 | 0,665 | 0001 (№ 54) |
| 0.44 | Сок фруктовый+ | 19,74 | 170 | 0,944 | 0,189 | 26,067 | 101,32 | 0,038 | 0,019 | 3,778 | 37,778 | 0,756 | 0000 |
| 117.1 | Суфле из кур+ | 18,53 | 60 | 9,42 | 8,798 | 2,475 | 126,413 | 0,03 | 0,098 | 0,068 | 26,168 | 0,863 | 0001 (№ 310) |
| 3.321 | Пюре картофельное | 6,88 | 110 | 0,233 | 0,299 | 2,2 | 10,194 | 0,102 | 0,081 | 13,318 | 27,115 | 0,74 | 0001 (№ 321) |
| 245 | Суп - лапша домашняя+ | 0,73 | 150 | 1,728 | 1,086 | 11,898 | 67,164 | 0,06 | 0,036 | 4,176 | 12,138 | 0,57 | 0001 (№ 86) |
| 0.09 | Хлеб ржаной+ | 2,32 | 50 | 3,3 | 0,6 | 15,1 | 88,51 | 0,09 | 0,04 | | 17,5 | 1,95 | 0000 |
| 245.1 | Лапша домашняя+ | 2,52 | 20 | 2,561 | 0,781 | 13,237 | 70,308 | 0,035 | 0,029 | | 7,956 | 0,364 | 0001 (№ 118) |
| | **Итого:** | **53,21** | **595** | **19,178** | **14,961** | **74,885** | **512,85** | **0,367** | **0,32** | **24,232** | **143,529** | **5,907** | |
| | **Полдник** | | | | | | | | | | | | |
| 37.1 | Молоко кипяченое | 11,98 | 200 | 5,1 | 5,3 | 9,4 | 103,4 | 0,05 | 0,16 | 1,04 | 220,4 | 0,1 | 0001 (№ 400) |
| 0.4 | Пряники+ | 6,4 | 50 | 1,68 | 2,655 | 16,74 | 97,69 | 0,017 | 0,012 | | 6,52 | 0,472 | 0000 |
| | **Итого:** | **18,38** | **250** | **6,78** | **7,955** | **26,14** | **201,09** | **0,067** | **0,172** | **1,04** | **226,92** | **0,572** | |
| | **Ужин** | | | | | | | | | | | | |
| 0.1 | Хлеб пшеничный+ | 2,4 | 50 | 3,8 | 0,45 | 20,34 | 110,8 | 0,08 | 0,03 | | 11,5 | 0,95 | 0000 |
| 294.2 | Запеканка из печени с рисом (рецептура 294) | 32,54 | 140 | 15,729 | 6,398 | 17,311 | 189,7 | 0,224 | 1,61 | 7,315 | 21,77 | 4,949 | 0001 (№ 294) |
| 316.1 | Лечо (перец маринованный резанный болгарский в банках) порционно+ | 8,21 | 60 | 0,9 | 3,5 | 6 | 60 | 0,02 | 0,04 | 30,5 | 12 | 1,14 | 0000 |
| 134.1 | Кисель из сока+ | 21,19 | 200 | 0,4 | | 24,824 | 106,74 | 0,02 | 0,01 | 9,6 | 14,15 | 0,23 | 0001 (№ 382) |
| | **Итого:** | **64,34** | **450** | **20,829** | **10,348** | **68,475** | **467,24** | **0,344** | **1,69** | **47,415** | **59,42** | **7,269** | |
| | **Итого за день:** | **157,42** | **1 795** | **53,397** | **40,554** | **220,7** | **1 525,46** | **0,886** | **2,416** | **89,155** | **653,625** | **17,274** | |

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 157,42 руб.
Стоимость за 10: 212,9 руб.

Шеф-повар: _____ / Коржова Ю. А.

Мед работник: _____ / Мелюхина Е. В.

Бухгалтер: _____ / Орлова О. В.

0000 - Продукт промышленного производства
0001 - «Сборник рецептур 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 рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)

Сканировано с CamScanner

"УТВЕРЖДАЮ"
МБ ДОУ города Нижнего Новгорода ДС №15 "Солнышко"
Сотрудник
М.П. 1 июля 2023 г
Подпись

...ень 5
...д на 1
Сезон: Лето-осень сад
Возрастная категория: Дети-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 | Сб. рец., технол. |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 34 | Чай с молоком+ | 5,57 | 180 | 1,71 | 1,71 | 13,32 | 75,51 | 0,018 | 0,072 | 0,432 | 57,5 | 1,071 | 0001 (№ 394) |
| 1 | Масло в кашу+ | 2,16 | 4 | 0,075 | 6,776 | 0,112 | 61,656 | | 0,019 | | 2,24 | 0,019 | 0000 |
| 7.1 | Каша пшеничная молочная+ | 12,21 | 180 | 10,44 | 4,95 | 45,72 | 272,88 | | 21,6 | 0,837 | 167,346 | 2,394 | 0001 (№ 185) |
| 268 | Бутерброды с маслом+ | 4,79 | 4,5/31,5 | 2,205 | 6,795 | 13,158 | 122,4 | 0,045 | 0,027 | | 8,37 | 0,558 | 0001 (№ 1) |
| | Итого: | 24,73 | 400 | 14,43 | 20,231 | 72,31 | 532,446 | 0,063 | 21,718 | 1,269 | 245,456 | 4,042 | |
| | Завтрак 2ой | | | | | | | | | | | | |
| 0.31 | Черешня+ | | 95 | 1,045 | 0,38 | 10,07 | 45,866 | 0,01 | 0,01 | 14,25 | 31,35 | 1,71 | |
| | Итого: | | 95 | 1,045 | 0,38 | 10,07 | 45,866 | 0,01 | 0,01 | 14,25 | 31,35 | 1,71 | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| 231 | Суп с рыбными консервами+ | 15,4 | 150 | 5,16 | 5,046 | 7,998 | 100,35 | 0,006 | 0,087 | 5,466 | 27,18 | 0,756 | 0001 (№ 67) |
| 0.09 | Хлеб ржаной+ | 1,86 | 40 | 2,64 | 0,48 | 12,08 | 70,808 | 0,072 | 0,032 | | 14 | 1,56 | 0000 |
| 267.1 | Жаркое по-домашнему из говядины+ | 49,86 | 230 | 24,84 | 28,141 | 24,955 | 453,169 | 0,276 | | 33,948 | 46,851 | 5,474 | 0001 (№ 275) |
| 216.1 | Помидоры свежие порциями+ | 8,24 | 50 | 0,583 | 0,083 | 1,917 | 10,333 | 0,033 | 0,017 | 12,5 | 7 | 0,45 | 0000 |
| 273 | Напиток "Валитек"+ | 5,85 | 150 | 0,255 | 0,135 | 23,468 | 99,84 | | | 0,96 | 6,48 | 1,56 | 0000 (№ 0000) |
| | Итого: | 81,21 | 620 | 33,478 | 33,885 | 70,417 | 734,5 | 0,387 | 0,136 | 52,874 | 101,511 | 9,8 | |
| | Полдник | | | | | | | | | | | | |
| 303 | Запеканка с картофелем+ | 10,98 | 70 | 7,01 | 7,61 | 40,33 | 257,85 | 0,086 | 0,086 | 4,735 | 139,013 | 0,859 | 0003 (№ 303) |
| 281.1 | Ряженка"+ | 14,4 | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 | 0,04 | 0,023 | 0,54 | 223,2 | 0,18 | 0001 (№ 401) |
| | Итого: | 25,38 | 250 | 12,23 | 12,11 | 47,89 | 349,85 | 0,126 | 0,109 | 5,275 | 362,213 | 1,039 | |
| | Ужин | | | | | | | | | | | | |
| 146.1 | Пудинг из творога+ | 41,42 | 150 | 19,6 | 20,538 | 36,55 | 401,613 | 0,083 | 0,333 | 0,25 | 182,675 | 3,263 | 0001 (№ 235) |
| 0.44 | Сок фруктовый+ | 25,54 | 220 | 1,222 | 0,244 | 33,733 | 131,12 | 0,049 | 0,024 | 4,889 | 48,889 | 0,978 | 0000 |
| 182.3 | Сдобка сладкий+ | 7,6 | 40 | 3,456 | 4,08 | 26,64 | 157,44 | 0,003 | 0,182 | 0,48 | 147,36 | 0,096 | 0000 |
| 0.1 | Хлеб пшеничный+ | 1,92 | 40 | 3,04 | 0,36 | 16,272 | 88,64 | 0,064 | 0,024 | | 9,2 | 0,76 | 0000 |
| | Итого: | 76,48 | 450 | 27,318 | 25,222 | 113,195 | 778,812 | 0,199 | 0,563 | 5,619 | 388,124 | 5,096 | |
| | Итого за день: | 207,8 | 1 815 | 88,501 | 91,828 | 313,882 | 2 441,475 | 0,784 | 22,535 | 79,287 | 1 128,654 | 21,687 | |

...имость рациона руб
...имость по плану 207,8 руб.
Стоимость за 10 2...,9 руб

Шеф-повар / Коржова Ю. А.

Мед работник / Мелюхина Е. В.

Бухгалтер / Орлова О. В.

0000 - Продукт промышленного производства
0001 - «Сборник рецептур 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)
0003 - Технологическая карта

Сканировано с CamScanner