

День: 3
Неделя: 1
Сезон: ДС67 Лето-осень ясли 2025
Возрастная категория: ДЕТИ - ЯСЛИ ясли 67/3

Приложение № 1.13
к приказу №425
От 26.06.2025г

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	Са	Fe	
	завтрак												
35,1	Кофейный напиток+	12,65	150	1,9	1,2	10,712	57,92	0,05	0,19	0,87	178,86	0,44	Сборник рецептур 2011 (№ 395)
7,1	Каша пшеничная молочная+	9,66	150	5,64	3,18	25,62	154,54	0,14	0,18	0,7	139,45	1,99	
0,19	Бутерброд с маслом и сыром+	8,18	30/5/6,383	2,5	6,73	0,06	57,35	70,8		0,01	108,2	0,13	
	Итого:	30,49	341,383	10,04	11,11	36,392	269,81	70,99	0,37	1,58	426,51	2,56	
	Завтрак 2ой												
0,16	Абрикосы+		80	0,72	0,08	7,2	30,933	0,023	0,048	8	22,4	0,56	
0,12	Сок персиковый+		80	0,24		13,595	41,613	0,016	0,032	4,8	4	0,72	
	Итого:		160	0,96	0,08	20,795	72,547	0,039	0,08	12,8	26,4	1,28	
	Обед												
277,1	Свекла тушенная с луком+	7,82	100	2,82	9,22	14,47	130,15	0,033	0,05	8,27	42,5	1,9	ТТК (№ 277)
487	Салат «Степной»	5,17	40	0,46	3,37	2,83	43,55	0,027		4,17	7,11	0,276	
123,2	Компот из свежих плодов груш+	9,28	150	0,12		9,078	63,68	0,005	0,008	0,645	11,96	0,735	
220,1	Мясо для супа+	21,91	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	
117,1	Суфле из кур+	35,02	60	9,42	8,8	2,47	116,43	0,03	0,1	0,07	26,17	0,86	
0,09	Хлеб ржаной+	3,08	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	
94,1	Суп рисовый+	0,71	150	0,85	1,52	6,98	36,93	0,01	0,01	0,65	3,7	0,2	
	Итого:	82,99	560	21,51	26,79	49,508	512,97	0,185	0,228	13,805	111,44	5,831	
	Полдник												
351	Пирожки сдобные леченые с сердцем	3,95	45	6,416	3,986	13,706	116,306	0,042	0,064	1,62	8,627	2,031	
3 401,3	Ряженка	21,61	180	5,22	4,5	7,56	91,2	0,036	0,24	0,54	223,2	0,18	Сборник рецептур 2011 (№ 401)
	Итого:	25,56	225	11,636	8,486	21,266	207,506	0,078	0,304	2,16	231,827	2,211	
	Ужин												
0,3	Яйцо отварное+	12	53	6,26	5,67	0,345	67,45	0,004	0,017				
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087	
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	21,93	180	2,676	7,356	16,536	126,56	0,132	0,132	34,572	42,072	1,32	
0,1	Хлеб пшеничный+	2,49	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56	
128	Компот из смеси сухофруктов+	1,96	150	1,1		33,4	101,04	0,01	0,06	1,87	43,42	1,17	Сборник рецептур 2011 (№ 376)
	Итого:	38,43	416	12,676	13,506	63,961	365,85	0,216	0,239	36,442	110,532	4,137	
	Итого за день:	177,47	1 702,383	56,822	59,972	191,921	1 428,682	71,509	1,221	66,787	906,709	16,019	

Стоимость рациона:

Стоимость по плану:

Стоимость за 10:

шеф повар: _____ / Зуева С. В.

Врач(диетсестра): _____ /

главный бухгалтер: _____ / Молодетская О. А.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях

Разработано: ГОУ ВПО Пятигорский государственный технологический университет

Ректор: А.В. Казначеев

Разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских Наук Научно- исследовательский институт питания РАМН

Директор: В.А. Тутельян