

День: 4

Неделя: 2

Сезон: ДС67 Лето-осень ясли 2025

Возрастная категория: ДЕТИ - ЯСЛИ ясли 67/3

Приложение № 1.19

к приказу №425

От26.06.2025г

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												
0,19	Бутерброд с маслом и сыром+	8,18	30/5/6,383	2,5	6,73	0,06	101,35	70,8		0,01	108,2	0,13	
17,1	Суп молочный с крупой (пшено)++	6,35	150	2,6	2,8	11	80,6	0,06	0,23	1,11	219,82	0,22	
34	Чай с молоком+	5,29	180	1,92	1,92	14,88	84,48	0,012	0,072	0,432	67,5	1,068	
	Итого:	19,82	371,383	7,02	11,45	25,94	266,43	70,872	0,302	1,552	395,52	1,418	
	Завтрак 2ой												
0,48	Сок абрикосовый+		110	0,33		18,693	72,343	0,022	0,044	6,6	5,5	0,99	
	Итого:		110	0,33		18,693	72,343	0,022	0,044	6,6	5,5	0,99	
	Обед												
85,1	Суп картофельный с крупой+	4,4	150	1,6	1,7	11,7	71,3	0,09	0,06	6,96	20,9	0,98	
220,1	Мясо для супа+	21,91	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	
261	Котлеты рубленные из птицы*+	30,88	60	9,63	8,68	9,98	157	0,07	0,1	0,54	25,7	0,97	
0,09	Хлеб ржаной+	3,08	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	
0,03	Сок томатный+	13,35	150	1,2		4,5	21,89	0,01	0,04	11,84	20,99	1,35	
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	8,98	40	0,32	0,04	1	5,64	0,01	0,02	4	9,2	0,24	Сборник рецептур 1996 (№ 6/н(таб24))
163,1	Капуста тушенная+	12,74	120	3,8	3,3	15,5	94	0,05	0,06	31,78	78,42	1,18	
	Итого:	95,34	580	24,39	17,6	56,36	472,06	0,31	0,34	55,12	175,21	6,58	
	Полдник												
0,18	Вафли	3,64	20	0,48	0,42	12	109,08	0,005	0,002		1,5	0,09	
281	Кефир*+	16,56	180	5,22	4,5	7,2	90	0,072	0,312	1,26	216	0,18	
	Итого:	20,2	200	5,7	4,92	19,2	199,08	0,077	0,314	1,26	217,5	0,27	
	Ужин												
182,1	Соус молочный (сладкий)+	1,65	20	0,4	0,8	3	20		0,02	0,06	12,34	0,04	
0,53	Хлеб «8 злаков»	2,58	30	4,005	1,268	13,005	79,5	0,083	0,038	0,03	30,9	0,75	
128	Компот из смеси сухофруктов+	1,96	150	1,1		33,4	131,04	0,01	0,06	1,87	43,42	1,17	Сборник рецептур 2011 (№ 376)
0,29	Яблоко+	12,55	85	0,034	0,034	8,33	36,278	0,025	0,017	140,25	13,6	1,87	
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087	
16,1	Сырники из творога+	5,03	100	7,4	3,54	8,76	95	0,06	0,24	0,22	143,19	0,7	
	Итого:	23,82	388	12,939	5,641	66,495	361,818	0,177	0,374	142,43	254,49	4,617	
	Итого за день:	159,18	1 649,383	50,379	39,611	186,688	1 371,811	71,458	1,374	206,962	1 048,22	13,875	

Стоимость рациона:

Стоимость по плану:

Стоимость за 10:

шеф повар: _____ / Зуева С. В.

Врач(диетсестра): _____ /

главный бухгалтер: _____ / Молодетская О. А.

Сборник рецептур 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