

День: 3
Неделя: 2
Сезон: ДС67 Лето-осень сад 2025
Возрастная категория: ДЕТИ - САД сад 67/3

Приложение № 1.8
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												
0,25	Батон нарезной+		25	0,238	0,281	14,594	71,769	0,005	0,019		7,188	0,594	
36,2	Какао на молоке+	14,54	190	4,38	3,933	17,467	104,75	0,076		2,47	228,428	0,238	Сборник рецептур 2011 (№ 397)
1	Масло в кашу+	3,48	4	0,032	2,904	0,048	26,424		0,008		0,96	0,008	
6,1	Каша манная молочная+	10,01	180	6,32	4,16	27,52	174,24	0,064	0,168	0,768	158,72	0,344	
	Итого:	28,03	399	10,969	11,278	59,628	377,182	0,145	0,195	3,238	395,295	1,183	
	Завтрак 2ой												
0,44	Сок фруктовый+	12	100	0,5	0,1	13,8	53,64	0,02	0,01	2	20	0,4	
0,33	Киви+		80	0,64	0,32	6,48	37,6	0,016	0,032	144	32	0,64	
	Итого:	12	180	1,14	0,42	20,28	91,24	0,036	0,042	146	52	1,04	
	Обед												
0,13	Сметана в суп+	2,34	12	0,36	1,2	0,33	13,56		0,03	0,075	10,8	0,03	
220,1	Мясо для супа+	21,91	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32	
80,1	Рассольник ленинградский+	8,39	200	1,904	4,104	30	99,6	0,066	0,053	5,64	16,8	0,744	
0,09	Хлеб ржаной+	3,85	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	
123,1	Компот из свежих плодов (яблоч)+	6,95	200	0,7	0,6	39,306	155,86	0,01	0,01	66	6,88	0,95	Сборник рецептур 2011 (№ 372)
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	19,38	50	0,55	0,1	1,9	10,7	0,033	0,017	12,5	7	0,45	Сборник рецептур 1996 (№ 6/н(таб24))
228,1	Перец, фаршированный мясом и рисом+	54,76	200	12,968	7,863	13,021	181,032	0,084	0,716	100,495	21,474	1,4	
	Итого:	117,58	732	24,982	17,827	101,657	599,062	0,294	0,897	184,71	86,454	5,844	
	Полдник												
3 477	Булочка алтайская	3,3	60	5,04	2,988	29,868	166,8	0,084	0,048	0,12	13,56	0,9	Сборник рецептур 2011 (№ 477)
281,1	Ряженка	21,58	200	5,8	5	8,4	102,222	0,044	0,026	0,6	248	0,2	
	Итого:	24,88	260	10,84	7,988	38,268	269,022	0,128	0,074	0,72	261,56	1,1	
	Ужин												
129,1	Кисель из клюквы+	2,53	200	0,1		27,608	115,48			1,2	6,48	0,16	Сборник рецептур 2011 (№ 378)
164,1	Картофель отварной+	9,3	120	2,384	2,816	18,408	114,832	0,112	0,08	9,896	12,016	1,008	
0,1	Хлеб пшеничный+	2,91	35	2,66	0,315	16,338	80,36	0,056	0,021		8,05	0,665	
0,01	Соль+	0,08	5								18,4	0,145	
478	Оладьи из лечени(запеченные)	34,44	70	10,824	7,718	7,114	140,875	0,219	11,559	22,146	10,806	5,093	
	Итого:	49,26	430	15,968	10,849	69,468	451,547	0,387	11,66	33,242	55,752	7,07	
	Итого за день:	231,75	2 001	63,899	48,362	289,301	1 788,053	0,991	12,867	367,91	851,061	16,238	

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