

" УТВЕРЖДАЮ":
 МАДОУ г. Нижневартовска ДС №29
 «Ёлочка»
 Корнеевко Т.М.
 М. П. _____ 11 апреля 2025 г.
 Подпись _____
 ЛИТСКИЙ СД № 29
 «Ёлочка»
 ОГРН 102080000052126
 ИТАМИНЫ, МГ Минеральные

" УТВЕРЖДАЮ":
 МАДОУ г. Нижневартовска ДС №29
 «Ёлочка»
 Корнеевко Т.М.
 М.П. _____ 11 апреля 2025 г.
 Подпись _____
 ЛИТСКИЙ СД № 29
 «Ёлочка»
 ОГРН 102080000052126
 ИТАМИНЫ, МГ Минеральные

" УТВЕРЖДАЮ":
 МАДОУ г. Нижневартовска ДС №29
 «Ёлочка»
 Корнеевко Т.М.
 М.П. _____ 11 апреля 2025 г.
 Подпись _____
 ЛИТСКИЙ СД № 29
 «Ёлочка»
 ОГРН 10208000005226
 ИТАМИНЫ, МГ Минеральные

бухгалтер: Иванова И.И. / Иванова И.И.

День: 2
Неделя: 1
Сезон: Весна-лето ясли 2025
Возрастная категория: Дети-ясли



Примерное двухнедельное циклическое 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
	Завтрак											
3 093,2	Суп молочный с макаронными изделиями	11,33	150	4,313	3,909	14,129	108,9	0,065	0,152	0,683	121,215	0,381
3 213	Яйца вареные	12	60	7,62	6,9	0,42	94,5	0,045	0,27		33	1,5
3 001	Бутерброды с маслом	7,58	0/0	2,45	7,55	14,62	136					
3 393	Чай с лимоном	2,32	150	0,07	0,01	7,1	29			1,42	9,4	0,21
	Итого:			14,453	18,369	36,269	368,4	0,11	0,422	2,103	163,615	2,091
	Завтрак 2ой											
3 368,5	368,5 Плоды и ягоды свежие (Бананы)	25,05	100	1,5	0,5	21	95	0,04	0,05	10	8	0,6
	Итого:			1,5	0,5	21	95	0,04	0,05	10	8	0,6
	Обед											
3 028	ТК № 3028 Салат из свеклы с черносливом (рец. 28) С6.1	2,31	30	0,458	1,545	3,945	31,493	0,008	0,015	2,595	12,668	0,48
3 077	ТК № 3077 Суп картофельный (рец. 77) С6.1	4,71	150	1,41	1,7	9,98	60,75	0,08	0,05	7,2	15,51	0,7
220,1	Мясо для супа+	17,43	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3
222	Зелень в суп+	0,77	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087
3 298	Голубцы ленивые	39,58	120	10,61	6,81	15,04	164	0,06	0,12	15,03	45,2	1,23
3 354	3354. Соус сметанный	1,51	20	0,281	0,999	1,174	14,82	0,004	0,006	0,008	5,46	0,042
3 398	Напиток из плодов шиповника	7,79	150	0,51	0,21	14,23	61	0,01	0,05	75	16	0,47
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			21,159	15,154	58,129	454,893	0,242	0,311	104,833	137,028	4,949
	Полдник											
3 449,3	Оладьи с повидлом	6,13	65	4,56	4,06	27,75	166	0,09	0,08	0,024	51,1	0,85
0,24	Йогурт+	19,8	180	11,842	3,553	8,289	110,842		0,07	1,421	293,684	0,237
	Итого:			16,402	7,613	36,039	276,842	0,09	0,15	1,445	344,784	1,087
	Ужин											
3 238	Запеканка из творога с морковью	37,67	150	17,49	15,42	35,67	351	0,09	0,3	1,05	170,4	1,05
182,3	Соус сладкий+	7,65	30	2,16	2,55	16,65	98,4	0,053	0,114	0,3	92,1	0,06
0,44	Сок фруктовый+	9	180	0,54		24,828	96,504	0,036	0,012	3,6	32,388	0,72
0,1	Хлеб пшеничный+	1,77	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			22,83	18,45	90,828	616,704	0,249	0,456	4,95	308,888	3,39
	Питьевой режим											
0,34	Вода питьевая+	3,97	150								6,75	0,001
	Итого:										6,75	0,001
	Итого за день:			76,343	60,086	242,265	1 811,839	0,73	1,388	123,33	969,065	12,117

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 220,42 руб.
Стоимость за 10: 269,21 руб.

шеф-повар: Ряб / Варушев

мед. сестра: _____ / _____

бухгалтер: ОО / Иванушина ф.ч

День: 3
Неделя: 1
Сезон: Весна-лето ясли 2025
Возрастная категория: Дети-ясли



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
	Завтрак											
7,1	Каша пшеничная молочная+	11,07	150	8,7	4,1	38,1	227,4	0,14	0,18	0,7	139,45	1,99
3 003,3	Бутерброды с сыром (Сыр Голандский)	14,06	0/0	5,04	6,59	14,56	138	0,05	0,06	0,07	108,1	0,68
36,2	Какао на молоке	14,17	160	3,691	3,307	14,927	104,245	0,064		2,08	192,363	0,192
	Итого:			17,431	13,997	67,587	469,645	0,254	0,24	2,85	439,913	2,862
	Завтрак 2ой											
0,23	Груша+	20	100	0,4	0,029	9,5	40,549	0,02	0,029	5	19	2,3
	Итого:			0,4	0,029	9,5	40,549	0,02	0,029	5	19	2,3
	Обед											
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	5,51	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,015	0,015	7,5	4,2	0,27
82,1	ТК № 82.1 Суп крестьянский с пшеном (рец. 134) Сб.2	2,86	150	1,06	1,49	5,63	40,2	0,03	0,02	4,95	12,9	0,36
239,1	Мясо для супа (куры)+	9,18	20	15,96	15,26	0,19	201,6	0,09		2,26	23,69	1,4
222	Зелень в суп+	0,77	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
0,13	Сметана в суп+	1,68	8	0,24	0,8	0,24	9,04			0,053	7,2	
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087
259,2	Филе куриное, тушенное в соусе с овощами	27,78	180	11,904	2,436	19,464	147,372	0,192		23,196	40,488	2,052
140,1	Напиток яблочный+	3,19	150	0,1	0,1	17,804	68,24	0,01		30,92	3,36	0,47
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			32,284	20,636	58,228	544,302	0,407	0,075	73,879	128,028	6,279
	Полдник											
334	Плюшка новомосковская+	6,39	60	4,1	3,6	32,65	180	0,086		0,031	18,1	0,66
3 400	Молоко кипяченое	14,41	180	5,496	4,896	9,096	102	0,072	0,288	2,46	227,52	0,192
	Итого:			9,596	8,496	41,746	282	0,158	0,288	2,491	245,62	0,852
	Ужин											
3 054,2	ТК № 3054.2 Икра морковная (рец. 54) Сб.1	2,03	30	0,66	1,38	3,263	28,11	0,015	10,185	1,538	9,195	0,368
236,1	Печень по – строгановски+	20,74	60	7,12	6,32	4,32	102,6	0,143		15,28	19,82	3,21
3 317	ТК № 3317 Макаронные изделия отварные (рец. 317) Сб.1	5,77	110	4,043	3,309	19,397	123,53	0,037	0,018		3,566	0,807
128	Компот из смеси сухофруктов+	2,7	180	1,32		40,08	157,248	0,012	0,072	2,244	52,104	1,404
0,1	Хлеб пшеничный+	1,77	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			15,783	11,489	80,739	482,288	0,277	10,305	19,062	98,685	7,348
0,34	Питьевой режим											
	Вода питьевая+	3,97	150								6,75	0,001
	Итого:										6,75	0,001
	Итого за день:			75,493	54,647	257,8	1 818,785	1,116	10,938	103,282	937,996	19,642

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 170,1 руб.
Стоимость за 10: 269,21 руб.

шеф-повар: Вар , Игорь

мед. сестра: /

бухгалтер: ЛВ , Иванушина Т.4

День: 4
Неделя: 1
Сезон: Весна-лето ясли 2025
Возрастная категория: Дети-ясли

" УТВЕРЖДАЮ":
МДОУ г. Нижневартовска ДС №29
"Ёлочка"

Корнеевко Т. М.
1 апреля 2025 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	
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак											
3 234	Пудинг из творога (паровой)	34,64	100	15,22	10,5	23,56	250	0,06	0,24	0,18	128,2	0,96
185,1	Соус клюквенный+	1,74	30			3,96	14,88			0,204	0,84	0,024
3 001	Бутерброды с маслом	7,58	0/0	2,45	7,55	14,62	136					
35,1	Кофейный напиток+	17,92	180	2,28	1,44	12,854	69,504	0,06	0,228	1,044	214,632	0,528
	Итого:			19,95	19,49	54,994	470,384	0,12	0,468	1,428	343,672	1,512
	Завтрак 2ой											
0,28	Апельсины+	20,9	100	0,9	0,2	8,1	36,18	0,04	0,003	60	34	0,3
	Итого:			0,9	0,2	8,1	36,18	0,04	0,003	60	34	0,3
	Обед											
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	5,51	30	0,24	0,03	0,75	4,23	0,008	0,015	3	6,9	0,18
3 076,1	ТК № 3076.1 Рассольник ленинградский с перловкой (реп. 76) Сб.1	4,91	150	1,26	3,07	9,95	72,45	0,06	0,04	4,52	15,87	0,58
220,1	Мясо для супа+	17,43	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3
222	Зелень в суп+	0,77	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
0,13	Сметана в суп+	1,68	8	0,24	0,8	0,24	9,04			0,053	7,2	
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087
30,1	Котлеты рыбные (треска) с морковью+	23,07	60	9,3	3,25	5,26	81,75	0,05	0,1	1,18	34,42	0,73
3 321	ТК № 3321.1 Пюре картофельное (реп. 321) Сб.1	9,96	110	2,246	3,52	14,988	100,65	0,101	0,083	13,319	27,115	0,743
123,3	Компот из замороженных плодов (ягод)+	17,27	150	0,6	0,4	26,012	103,22	0,01	0,01	49,5	5,16	0,71
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			21,776	14,96	70,96	494,17	0,308	0,318	76,573	138,855	4,97
	Полдник											
340,11	Пирожки простые печеные с джемом	5,5	50	2,871	1,157	28,6	135,714	0,043	0,029	0,086	9,286	0,543
281	Кефир*+	15,62	180	5,22	4,5	7,2	90	0,072	0,312	1,26	216	0,18
	Итого:			8,091	5,657	35,8	225,714	0,115	0,341	1,346	225,286	0,723
	Ужин											
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	18,03	180	2,676	7,356	16,536	142,56	0,132	0,132	34,572	42,072	1,32
3 213	Яйца вареные	12	60	7,62	6,9	0,42	94,5	0,045	0,27		33	1,5
0,22	Мёд+	3,26	10	0,08		8,02	31			0,2	1,4	0,08
32,1	Чай+	0,32	180	0,72	0,24	0,12	5,04		0,036	0,36	17,808	2,952
0,1	Хлеб пшеничный+	1,77	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			13,736	14,976	38,776	343,9	0,247	0,468	35,132	108,28	7,412
	Питьевой режим											
0,34	Вода питьевая+	3,97	150								6,75	0,001
	Итого:										6,75	0,001
	Итого за день:			64,453	55,283	208,63	1 570,348	0,83	1,597	174,478	856,843	14,917

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 225,9 руб.
Стоимость за 10: 269,21 руб.

шеф-повар: Варварин

мед. сестра: Саванушвили

бухгалтер: Саванушвили



День: 5
Неделя: 1
Сезон: Весна-лето ясли 2025
Возрастная категория: Дети-ясли

" УТВЕРЖДАЮ":
МАДОУ г. Нижневартовска ДС №29
"Елочка"
Корнеевко Т.М.
М.П.: ЕВАНГЕЛИЕ
Подпись _____
1 апреля 2025 г.

Примерное двухнедельное циклическое 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	С	Ca	Fe
	Завтрак											
312,2	ТК № 312.2 Икра кабачковая консервир. порц. (без номера) Сб. 1994 г.	3,95	30	0,57	2,67	2,31	35,55	0,008	0,015	2,1	12,3	0,21
3 216	Омлет с сыром	42,05	120	12,831	23,76	1,975	273,231	0,074	0,443	0,24	211,569	2,142
3 001	Бутерброды с маслом	7,58	0/0	2,45	7,55	14,62	136			0,022	8,662	0,206
3 392,01	Чай с сахаром	5,62	170	0,043	0,011	7,569	30,318	0,081	0,458	2,362	232,532	2,557
	Итого:			15,894	33,991	26,474	475,099					
	Завтрак 2ой											
0,33	Киви+	21,95	100	0,8	0,4	8,1	47,067	0,02	0,04	180	40	0,8
	Итого:			0,8	0,4	8,1	47,067	0,02	0,04	180	40	0,8
	Обед											
309,2	ТК № 309.2 Огурцы консервированные порциями (без номера) Сб. 1994 г.	6,93	30	0,24	0,03	0,51	3,27	0,008	0,008	1,5	6,9	0,18
3 058	ТК № 3058 Борщ с картофелем (рец. 58) Сб.1	4,3	150	1,23	3	8,46	65,85	0,05	0,03	5,27	21,98	0,8
220,1	Мясо для супа+	13,07	15	3,9	2,55		38,55	0,008	0,023		4,5	0,225
222	Зелень в суп+	0,77	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
0,13	Сметана в суп+	1,68	8	0,24	0,8	0,24	9,04			0,053	7,2	
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087
470	Плов из отварной свинины+	26,61	150	5,333	10,833	27,583	229,583	0,175		1,35	12,367	1
3 399,01	Сок томатный		150	1,5	0,15	4,35	25	0,05	0,05	15	10,5	0,75
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			15,133	17,853	54,903	442,723	0,36	0,15	28,173	99,637	4,682
	Полдник											
0,18	Вафли+	2,94	15	0,36	0,315	9	39,06	0,004	0,002		1,125	0,068
3 400	Молоко кипяченое	14,41	180	5,496	4,896	9,096	102	0,072	0,288	2,46	227,52	0,192
	Итого:			5,856	5,211	18,096	141,06	0,076	0,29	2,46	228,645	0,26
	Ужин											
474	Хлебцы рыбные паровые (из горбуши)+	44,43	60	11,21	8,47	3,3	134	0,147		0,73	37,17	0,88
3 336,1	ТК № 3336.1 Капуста тушеная (свежая) (рец. 336) Сб.1	7,71	120	2,48	3,88	11,31	90,12	0,03	0,04	20,59	66,54	0,97
3 380	Кисель из кураги	11,61	180	0,803	0,054	25,726	106,56	0,018	0,036	0,439	15,12	0,542
0,1	Хлеб пшеничный+	1,77	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			17,133	12,884	54,016	401,48	0,265	0,106	21,759	132,83	3,952
	.Питьевой режим											
0,34	Вода питьевая+	3,97	150								6,75	0,001
	Итого:										6,75	0,001
	Итого за день:			54,816	70,339	161,589	1 507,429	0,802	1,044	234,754	740,393	12,252

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 223,4 руб.
Стоимость за 10: 269,21 руб.

шеф-повар: Тар / Варуша

мед. сестра: _____

бухгалтер: Иванюшина Т.И.



День: 1
Неделя: 2
Сезон: Весна-лето ясли 2025
Возрастная категория: Дети-ясли

"УТВЕРЖДАЮ":
МАДОУ г. Нижневартовска ДС №29
"Ёлочка"
Корнеевко Т. М.
М. П. _____ 1 апреля 2025 г.
Подпись _____
ИТСКНИСД № 29
«Ёлочка»

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическ ая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак											
322	Каша ячневая молочная++	14,61	150	8,7	4,1	38,1	227,4	0,12	0,17	0,72	155,8	0,89
3 003.3	Бутерброды с сыром (Сыр Голландский)	14,06	0/0	5,04	6,59	14,56	138	0,05	0,06	0,07	108,1	0,68
36,2	Какао на молоке	14,17	160	3,691	3,307	14,927	104,245	0,064		2,08	192,363	0,192
	Итого:			17,431	13,997	67,587	469,645	0,234	0,23	2,87	456,263	1,762
	Завтрак 2ой											
0,29	Яблоко+	12,5	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,029	0,02	165	16	2,2
	Итого:			0,04	0,04	9,8	42,68	0,029	0,02	165	16	2,2
	Обед											
311	Томаты консервированные с кожицей, порциями+	7,8	30	0,3	0,03	1,05	6	0,003	0,006	4,5	3	0,225
3 081.2	Суп картофельный с горохом	3,44	150	3,294	3,162	9,794	80,85	0,137	0,044	3,488	22,845	1,215
220.1	Мясо для супа+	13,07	15	3,9	2,55		38,55	0,008	0,023		4,5	0,225
222	Зелень в суп+	0,77	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087
3 277	Гуляш из отварного мяса	31,29	50	6,425	5,171	1,65	78,75	0,017	0,046	0,25	12,167	0,479
3 317	ТК № 3317 Макаронные изделия отварные (реп. 317) Сб.1	5,77	110	4,043	3,309	19,397	123,53	0,037	0,018		3,566	0,807
0,44	Сок фруктовый+	7,5	150	0,45		20,69	80,42	0,03	0,01	3	26,99	0,6
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			21,102	14,712	66,34	479,53	0,3	0,186	16,238	109,258	5,278
	Полдник											
149.1	Ватрушка с повидлом+	8,31	60	4,44	1,9	42,44	186,39	0,08	0,05	0,06	15,92	1,18
3 400	Молоко кипяченое	12,01	150	4,58	4,08	7,58	85	0,06	0,24	2,05	189,6	0,16
	Итого:			9,02	5,98	50,02	271,39	0,14	0,29	2,11	205,52	1,34
	Ужин											
3 010	ТК № 3010 Салат из горошка зеленого консервированного (реп.10) Сб.1	4,41	30	0,893	1,56	1,875	25,08	0,03	0,015	3,3	6,435	0,203
3 291.2	3291,20 Залеканка картофельная с мясом или печенью (с печенью)	26,98	160	10,187	5,213	27,147	196	0,24	0,813	5,44	23,333	3,72
3 354	3354. Соус сметанный	2,26	30	0,422	1,499	1,76	22,23	0,006	0,009	0,011	8,19	0,062
128	Компот из смеси сухофруктов+	2,25	150	1,1		33,4	131,04	0,01	0,06	1,87	43,42	1,17
0,1	Хлеб пшеничный+	1,77	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			15,241	8,752	77,862	445,15	0,356	0,927	10,621	95,378	6,715
	Питьевой режим										6,75	0,001
0,34	Вода питьевая+	3,97	150								6,75	0,001
	Итого:											
	Итого за день:			62,833	43,481	271,609	1 708,395	1,06	1,653	196,839	889,169	17,296

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 188,99 руб.
Стоимость за 10: 269,21 руб.

шеф-повар: Раш / Маруся

мед. сестра: _____ / _____

бухгалтер: СРД / Иванушина Ф.И

День: 2
Неделя: 2
Сезон: Весна-лето ясли 2025
Возрастная категория: Дети-ясли



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
	Завтрак											
6,1	Каша манная молочная+	11,51	150	6	3,9	25,8	163,4	0,06	0,15	0,72	148,8	0,32
3 001	Бутерброды с маслом	7,58	0/0	2,45	7,55	14,62	136					
3 392,01	Чай с сахаром	5,62	170	0,043	0,011	7,569	30,318			0,022	8,662	0,206
	Итого:			8,493	11,461	47,989	329,718	0,06	0,15	0,742	157,462	0,526
	Завтрак 2ой											
0,26	Виноград+	41,67	100	0,6	0,2	15	61,2	0,049	0,02	6	30	0,6
0,44	Сок фруктовый+	5	100	0,3		13,793	53,613	0,02	0,007	2	17,993	0,4
	Итого:			0,9	0,2	28,793	114,813	0,069	0,027	8	47,993	1
	Обед											
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	5,51	30	0,24	0,03	0,75	4,23	0,008	0,015	3	6,9	0,18
3 063	3063 Борщ с фасолью и картофелем	5,32	150	2,127	3,06	8,718	70,95	0,056	0,033	3,773	30,15	1,023
220,1	Мясо для супа+	13,07	15	3,9	2,55		38,55	0,008	0,023		4,5	0,225
222	Зелень в суп+	0,77	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
0,13	Сметана в суп+	1,68	8	0,24	0,8	0,24	9,04			0,053	7,2	
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087
234,4	Рыба семга припущенная+	131,11	60	12	4,86		91,8	0,138	0,15	0,6	9	0,48
3 321	ТК № 3321 Пюре картофельное (рец. 321) Сб.1	9,96	110	2,246	3,52	14,988	100,65	0,101	0,083	13,319	27,115	0,743
273,4	273,4Напиток лимонный	2,68	150	0,34		16,99	69,75	0,004		3,99	4,395	0,101
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			23,783	15,31	55,446	456,4	0,383	0,343	29,735	125,45	4,479
	Полдник											
301	301 Булочка российская+	7,64	60	4,251	2,897	39,197	199,8	0,069	0,069	0,043	16,843	0,589
281,1	Ряженка*+	16,12	150	4,35	3,75	6,3	76	0,03	0,02	0,45	186	0,15
	Итого:			8,601	6,647	45,497	275,8	0,099	0,089	0,493	202,843	0,739
	Ужин											
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	5,51	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,015	0,015	7,5	4,2	0,27
3 282,1	3282,1 Котлеты, биточки, шницели рубленные (из говядины, с молоком)	41,82	70	10,873	8,248	11,247	162,167	0,07	0,117	0,105	30,45	1,05
3 316	ТК № 3316 Рис припущенный (рец. 316) Сб.1	7,86	110	2,668	3,153	26,895	146,63	0,018	0,009		1,769	0,376
139,1	Напиток клюквенный+	11,88	180	0,12		18,847	71,232			3,372	3,576	0,204
0,1	Хлеб пшеничный+	1,77	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			16,631	11,942	71,809	457,249	0,173	0,171	10,977	53,995	3,46
0,34	Питьевой режим Вода питьевая+	3,97	150								6,75	0,001
	Итого:										6,75	0,001
	Итого за день:			58,408	45,56	249,534	1 633,98	0,785	0,779	49,947	594,494	10,204

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 340,1 руб.
Стоимость за 10: 269,21 руб.

шеф-повар: Вад / Варуша
мед. сестра: _____ / _____
бухгалтер: ИВ / Иванушина ГИ

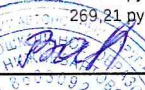
День: 3
Неделя: 2
Сезон: Весна-лето ясли 2025
Возрастная категория: Дети-ясли

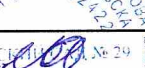
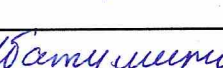


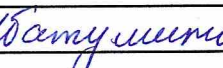
Примерное двухнедельное цикличное меню

№ 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
	Завтрак											
2,1	Каша пшѐнная молочная+	11,58	150	8,6	5	39,2	240,9	0,18	0,16	0,69	149,49	1,25
3 001	Бутерброды с маслом	7,58	0/0	2,45	7,55	14,62	136					
35,1	Кофейный напиток+	16,93	170	2,153	1,36	12,14	65,643	0,057	0,215	0,986	202,708	0,499
	Итого:			13,203	13,91	65,96	442,543	0,237	0,375	1,676	352,198	1,749
	Завтрак 2ой											
0,28	Апельсины+	20,9	100	0,9	0,2	8,1	36,18	0,04	0,003	60	34	0,3
	Итого:			0,9	0,2	8,1	36,18	0,04	0,003	60	34	0,3
	Обед											
3 086	Суп картофельный с клецками №119	2,3	150									
239,1	Мясо для супа (куры)+	4,59	10	7,98	7,63	0,095	100,8	0,045		1,13	11,845	0,7
300,2	Клѐцки+	1,49	15	0,874	0,83	3,612	25,434	0,012	0,021		10,329	0,095
222	Зелень в суп+	0,77	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087
117,1	117,1 Суфле из кур+	22,49	50	7,85	7,333	2,058	105,358	0,025	0,083	0,058	21,808	0,717
3 336,1	3 336,1 Капуста тушеная (свежая) (реп. 336) Сб.1	7,07	110	2,273	3,557	10,368	82,61	0,028	0,037	18,874	60,995	0,889
0,03	0,01 Сок томатный+	11,25	150	1,2		4,5	21,89	0,01	0,04	11,84	20,99	1,35
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			22,867	19,84	34,393	407,522	0,19	0,221	36,903	162,157	5,478
	Полдник											
303	303Шанежка с картофелем+	14,95	70	7,01	7,61	40,33	257,85	0,086	0,086	4,735	139,013	0,859
3 400	3 400 Молоко кипяченое	12,01	150	4,58	4,08	7,58	85	0,06	0,24	2,05	189,6	0,16
	Итого:			11,59	11,69	47,91	342,85	0,146	0,326	6,785	328,613	1,019
	Ужин											
3 087	3 087 ТК № 3087 Суп с рыбными консервами (реп. 87) Сб.1	26,98	180	6,192	6,048	10,32	120,42	0,072	0,108	6,564	32,616	0,912
3 213	3 213 Яйца вареные	12	60	7,62	6,9	0,42	94,5	0,045	0,27		33	1,5
123,4	123,4Компот из плодов сушеных+	4,05	150	1,1		29,412	115,12					
0,1	0,1 Хлеб пшеничный+	1,77	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			17,552	13,428	53,832	400,84	0,187	0,408	6,564	79,616	3,972
	.Питьевой режим											
0,34	0,34 Вода питьевая+	3,97	150								6,75	0,001
	Итого:										6,75	0,001
	Итого за день:			66,113	59,068	210,195	1 629,935	0,799	1,333	111,927	963,334	12,518

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 184,73 руб.
Стоимость за 10: 269,21 руб.

шеф-повар:  / 

мед. сестра:  / 

бухгалтер:  / 



" УТВЕРЖДАЮ":

МАДОУ г. Нижневартовска ДС №29

"Елочка"

Корнеевко Т. М.

М.П. 09.09.2025 г.

Подпись

День: 4
Неделя: 2
Сезон: Весна-лето ясли 2025
Возрастная категория: Дети-ясли

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
	Завтрак											
3 094,6	ТК № 3094.6 Суп молочный с гречневой крупой (рец. 94) Сб.1	10	150	4,48	4,11	12,81	106,2	0,08	0,17	0,68	120,6	0,84
3 003,3	Бутерброды с сыром (Сыр Голландский)	14,06	0/0	5,04	6,59	14,56	138	0,05	0,06	0,07	108,1	0,68
36,2	Какао на молоке	13,29	150	3,46	3,1	13,994	97,73	0,06		1,95	180,34	0,18
	Итого:			12,98	13,8	41,364	341,93	0,19	0,23	2,7	409,04	1,7
	Завтрак 2ой											
0,23	Груша+	20	100	0,4	0,029	9,5	40,549	0,02	0,029	5	19	2,3
	Итого:			0,4	0,029	9,5	40,549	0,02	0,029	5	19	2,3
	Обед											
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	5,51	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,015	0,015	7,5	4,2	0,27
3 083,1	ТК № 3083.1 Суп картофельный с мясными фрикадельками (рец. 83) Сб.1	4,35	150	1,33	1,55	9,88	58,77	0,06	0,04	5,4	15,05	0,57
3 121,1	ТК № 3121.1 Фрикадельки мясные (из говядины) (рец. 121) Сб.1	15,5	25	4,77	2,53	0,2	42,65	0,02	0,05	0,25	6,99	0,36
222	Зелень в суп+	0,77	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087
251,1	251,1.Азу с говядиной+	56,19	150	8,183	10,992	10,967	195,492	0,133		20,233	26,592	2,15
123,3	Компот из замороженных плодов (ягод)+	17,27	150	0,6	0,4	26,012	103,22	0,01	0,01	49,5	5,16	0,71
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			17,903	16,022	61,959	477,982	0,308	0,155	87,883	94,182	5,787
	Полдник											
0,14	0,14Печенье+	1,24	10	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
281	Кефир*+	15,62	180	5,22	4,5	7,2	90	0,072	0,312	1,26	216	0,18
	Итого:			6,9	7,155	23,94	187,69	0,089	0,324	1,26	222,52	0,652
	Ужин											
3 231	3231,0Сырники из творога	57,07	150	27,9	18,99	16,14	348	0,09	0,42	0,39	233,4	1,11
182,3	Соус сладкий+	7,65	30	2,16	2,55	16,65	98,4	0,053	0,114	0,3	92,1	0,06
0,15	0,15Мармелад+	3,64	20	0,02		15,88	64,2				0,8	0,08
32,1	Чай+	0,32	180	0,72	0,24	0,12	5,04		0,036	0,36	17,808	2,952
0,1	Хлеб пшеничный+	1,77	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			33,44	22,26	62,47	586,44	0,213	0,6	1,05	358,108	5,762
	Питьевой режим											
0,34	Вода питьевая+	3,97	150								6,75	0,001
	Итого:										6,75	0,001
	Итого за день:			71,623	59,266	199,233	1 634,591	0,82	1,338	97,893	1 109,6	16,202

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 250,27 руб.
Стоимость за 10: 269,21 руб.

шеф-повар:

мед. сестра:

бухгалтер:



Веруша

Иванушина Ф.И.

День: 5
Неделя: 2
Сезон: Весна-лето ясли 2025
Возрастная категория: Дети-ясли



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
	Завтрак											
271,1	ТК № 271.1 Кукуруза консервир. порц. (без номера) Сб. 1994 г.	11,76	40	0,88	0,16	4,48	23,2	0,01	0,02	1,92	2	0,16
3 215	Омлет натуральный	31,34	120	10,578	20,382	2,031	234,462	0,074	0,443	0,185	85,662	2,178
3 001	Бутерброды с маслом	7,58	0/0	2,45	7,55	14,62	136					
3 392.01	Чай с сахаром	4,96	150	0,038	0,01	6,678	26,752			0,019	7,643	0,182
	Итого:			13,947	28,101	27,809	420,413	0,084	0,463	2,124	95,305	2,52
	Завтрак 2ой											
0,33	Киви+	21,95	100	0,8	0,4	8,1	47,067	0,02	0,04	180	40	0,8
	Итого:			0,8	0,4	8,1	47,067	0,02	0,04	180	40	0,8
	Обед											
309,2	ТК № 309.2 Огурцы консервированные порциями (без номера) Сб. 1994 г.	6,93	30	0,24	0,03	0,51	3,27	0,008	0,008	1,5	6,9	0,18
83,1	ТК № 83.1 Суп из овощей (реп. 135) Сб.2	5,95	150	1,08	2,32	6,09	49,53	0,04	0,03	5,1	12,15	0,41
222	Зелень в суп+	0,77	2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
0,13	Сметана в суп+	1,68	8	0,24	0,8	0,24	9,04			0,053	7,2	
0,01	Соль+	0,05	3								11,04	0,087
492	Язык отварной	97,56	60	13,43	8,41		128,6	0,045	0,114		26,138	1,025
3 321	ТК № 3321 Пюре картофельное (реп. 321) Сб.1	9,96	110	2,246	3,52	14,988	100,65	0,101	0,083	13,319	27,115	0,743
0,44	Сок фруктовый+	7,5	150	0,45		20,69	80,42	0,03	0,01	3	26,99	0,6
0,09	Хлеб ржаной+	2	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			20,376	15,57	56,278	442,94	0,293	0,284	27,973	142,683	4,685
	Полдник											
0,4	Пряники+	3,48	25	2,1	3,319	20,925	122,113	0,021	0,015		8,15	0,59
3 400	Молоко кипяченое	14,41	180	5,496	4,896	9,096	102	0,072	0,288	2,46	227,52	0,192
	Итого:			7,596	8,215	30,021	224,113	0,093	0,303	2,46	235,67	0,782
	Ужин											
3 270,2	Пудинг рыбный паровой (из хека)	15,05	70	10,477	3,418	5,133	93,333	0,07	0,082	0,14	31,733	0,665
3 340,2	340.2 Свекла, тушеная в сметанном соусе	11,28	130	2,103	4,299	13,212	100,23	0,027	0,062	1,485	55,913	1,7
3 378,2	378.2 Кисель из плодов или ягод свежих (Брусника)	15,04	180	0,113	0,09	24,311	98,46	0,002	0,036	1,647	11,07	0,108
0,1	Хлеб пшеничный+	1,77	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:			15,333	8,287	56,336	362,823	0,169	0,21	3,272	112,716	4,033
	.Питьевой режим											
0,34	Вода питьевая+	3,97	150								6,75	0,001
	Итого:										6,75	0,001
	Итого за день:			58,052	60,573	178,544	1 497,356	0,66	1,3	215,828	633,124	12,821

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 274,99 руб.
Стоимость за 10: 269,21 руб.

шеф-повар

мед. сестра:

бухгалтер:



Варушев
Иванушина Ф.И.