"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
01.04.25 г.
Подп

Базюк Светлана Владимировна

Подписан: Базюк Светлана Владимировна
DN: C=RU, OU=Заведующий, O="МАДОУ г.Нижневартовска ДС № 52 ""Самолётик""", CN=Базюк Светлана Владимировна, E=samoletik52@mail.ru
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение: 12345678
Дата: 2025.04.01 13:24:06+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

День: 2
Неделя: 1
Сезон: Весна-Лето 2025 САД
Возрастная категория: Дети-сад Д-гип

Ежедневное меню на 1 апреля 2025 г.

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак										
150,1	Суфле творожное	115	20,556	10,925	21,419	262,20	0,058	0,259	0,316	149,026	0,633
184,1	Соус абрикосовый	40	0,32		26,4	101,12		0,016	0,08	7,44	0,208
266	Бутерброды с джемом	30,682/15	2,099	3,287	24,154	134,66	0,042	0,025	0,401	8,782	0,577
33	Чай с сахаром	200	0,2		0,04	49,00		0,01	0,1	4,4	0,86
	Итого:	**401**	**23,176**	**14,212**	**72,013**	**546,98**	**0,099**	**0,31**	**0,898**	**169,647**	**2,278**
	Завтрак 2ой										
0,02	Бананы	96	1,44	0,096	20,16	83,81	0,038	0,048	9,6	7,68	0,576
	Итого:	**96**	**1,44**	**0,096**	**20,16**	**83,81**	**0,038**	**0,048**	**9,6**	**7,68**	**0,576**
	Обед										
62,1	Салат из свеклы с черносливом	50	0,758	2,575	6,575	52,49	0,008	0,025	4,317	21,108	0,8
249,1	Уха с крупой	200	1,904	2,2	14	86,60	0,08	0,048	7,408	16,12	0,853
249,4	Рыба кета для супа	20	3,56	0,48		18,00	0,024	0,016		7,4	0,16
222	Зелень в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,60		0,004	2	4,46	0,032
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,60		0,004	2	4,46	0,032
104,2	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	0,14	0,11	18,16	36,98	1,01
250,1	Котлеты	80	12,9	7,8	7,8	152,00	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
273,4	Напиток лимонный	180	0,09	0,009	15,804	63,90	0,005		4,788	5,274	0,121
0,09	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,01	Соль	5								18,4	0,145
	Итого:	**739**	**25,676**	**18,488**	**81,879**	**599,95**	**0,397**	**0,347**	**38,785**	**162,352**	**5,927**
	Полдник										
37,1	Молоко кипячёное	180	4,59	4,77	8,46	93,06	0,045	0,144	0,936	198,36	0,09
0,4	Пряники	47	1,579	2,496	15,736	91,83	0,016	0,011		6,129	0,444
	Итого:	**227**	**6,169**	**7,266**	**24,196**	**184,89**	**0,061**	**0,155**	**0,936**	**204,489**	**0,534**
	Ужин										
58	Икра кабачковая+	59	1,377	4,523	7,277	65,69	0,039	0,039	10,522	26,048	0,718
15,1	Омлет натуральный	120	12	12,3	2,4	167,70	0,06	0,33	0,18	81,84	1,92
123,1	Компот из свежих плодов	200	0,7	0,6	39,306	155,86	0,01	0,01	66	6,88	0,95
0,1	Хлеб пшеничный	39	3,705	0,439	22,757	111,93	0,078	0,029		11,213	0,926
	Итого:	**418**	**17,782**	**17,862**	**71,739**	**501,18**	**0,187**	**0,409**	**76,702**	**125,981**	**4,514**
	Итого за день:	**1 881**	**74,243**	**57,924**	**269,987**	**1 846,80**	**0,783**	**1,269**	**126,92**	**670,15**	**13,829**