"УТВЕРЖДАЮ" МАДОУ города Нижневартовска ДС №52 "Самолётик"

Базюк С. В.

М. П. 9 апреля 2025 г.

Подпись _

Неделя: 2 Сезон: Весна-Лето 2025 САД Возрастная категория: Дети сад

День: 4

Ежедневное меню на 10 апреля 2025 г.

№ рецерту	Прием пищи, наименование	Macca	Пищевая ценность, г			Энергетиче ская	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
ры	блюда	порции	белки	жиры	углеводы	ценность (ккал)	B1	B2	С	Ca	Fe
	Завтрак										
150,1	Суфле творожное	117	20,914	11,115	21,791	266,76	0,059	0,263	0,322	151,617	0,644
182,1	Соус молочный (сладкий)	40	0,8	1,6	6	40,00		0,04	0,12	24,68	0,08
0,25	Батон нарезной	39	3,705	0,439	22,766	111,96	0,078	0,029		11,213	0,926
36	Какао на молоке	180	6,111	7,092	23,166	176,61	0,081	0,288	2,34	218,745	0,81
	Итого:	376	31,53	20,246	73,724	595,33	0,218	0,621	2,782	406,255	2,46
	Завтрак 2ой			-				•	-		
0,33	Киви	72	0,576	0,288	5,832	33,84	0,014	0,029	129,6	28,8	0,576
	Итого:	72	0,576	0,288	5,832	33,84	0,014	0,029	129,6	28,8	0,576
	Обед										
253,2	Суп картофельный с клецками	200	1,4	3,904	8,096	72,00	0,026	0,026	7,08	32,344	0,826
300,2	Клёцки	25	0,98	0,81	4,79	30,40	0,018	0,015		3,33	0,21
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
503	Капуста свежая, тушенная с мясом	170	13,49	5,279	9,104	137,87	0,128	1,36	58,361	65,994	2,202
123,1	Компот из свежих плодов	180	0,63	0,54	35,375	140,27	0,009	0,009	59,4	6,192	0,855
0,09	Хлеб ржаной	49	3,234	0,588	16,758	86,74	0,088	0,039		17,15	1,911
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	631	19,838	11,145	74,283	468,48	0,269	1,457	128,841	144,97	6,155
	Полдник										
37,1	Молоко кипячёное	180	4,59	4,77	8,46	93,06	0,045	0,144	0,936	198,36	0,09
147,2	Оладьи	60	4,063	2,468	25,406	126,07	0,082	0,03		10,971	0,795
182,3	Соус сладкий	31	2,232	2,635	17,205	101,68	0,002	0,118	0,31	95,17	0,062
	Итого:	271	10,885	9,873	51,071	320,81	0,129	0,292	1,246	304,501	0,947
	Ужин										
248	Сельдь с раст. маслом и луком	60	8,21	6,74	0,04	92,78				46,32	0,01
164,1	Картофель отварной	150	2,86	4,32	23,01	142,35	0,15	0,09	21	14,64	1,16
33	Чай с сахаром	200	0,2		0,04	49,00		0,01	0,1	4,4	0,86
0,1	Хлеб пшеничный	41	3,895	0,461	23,924	117,67	0,082	0,031		11,788	0,974
	Итого:	451	15,165	11,521	47,014	401,80	0,232	0,131	21,1	77,148	3,004
	Итого за день:	1 801	77,993	53,072	251,923	1 820,26	0,862	2,529	283,569	961,674	13,141