"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
"08" 2025 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: 2025.04.10 13:51:28+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

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

Ежедневное меню на
11 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										
8,1	каша кукурузная на молоке	150	8,7	4,1	38,1	195,56	0,08	0,17	0,7	148,06	1,26
0,25	Батон нарезной	30	2,28	0,27	14,01	59,25	0,048	0,018		6,9	0,57
34	Чай с молоком	180	1,92	1,92	14,88	72,65	0,012	0,072	0,432	67,5	1,068
	Итого:	**360**	**12,9**	**6,29**	**66,99**	**327,46**	**0,14**	**0,26**	**1,132**	**222,46**	**2,898**
	Завтрак 2ой										
0,21	Мандарины	75	0,6	0,15	5,625	24,51	0,045	0,022	28,5	26,25	0,075
	Итого:	**75**	**0,6**	**0,15**	**5,625**	**24,51**	**0,045**	**0,022**	**28,5**	**26,25**	**0,075**
	Обед										
214,1	Перец сладкий свежий порциями	37	0,481	0,037	1,813	8,72	0,028	0,037	74	2,96	0,019
83,1	Суп из овощей	150	1,08	2,32	6,09	42,60	0,04	0,03	5,1	12,15	0,41
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,18	5,83			0,04	5,4	
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,52		0,01	5	11,15	0,08
222	Зелень в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,52		0,01	5	11,15	0,08
267,1	Жаркое по-домашнему из говядины	160	15,022	17,022	15,093	235,75	0,169		20,533	28,338	3,316
0,44	Сок фруктовый	150	0,45		20,69	69,16	0,03	0,01	3	26,99	0,6
0,09	Хлеб ржаной	41	2,706	0,492	14,022	62,44	0,072	0,031		14,35	1,599
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**551**	**20,019**	**20,491**	**58,048**	**425,52**	**0,338**	**0,128**	**112,673**	**123,528**	**6,19**
	Полдник										
284,1	Снежок	148	4,144	5,032	16,28	109,46	0,044	0,02	1,332	179,08	0,148
270	Горячий бутерброд с сыром	29,662/26,49/4,5	8,82	13,38	16,335	193,27	0,008		0,14	202,395	0,159
	Итого:	**208**	**12,964**	**18,412**	**32,615**	**302,73**	**0,052**	**0,02**	**1,472**	**381,475**	**0,307**
	Ужин										
40,1	Салат с огурцами и помидорами+	36	0,36	2,79	0,9	25,46	0,009	0,018	5,103	11,925	0,225
175,1	Макароны, запеченные с яйцом	150	8,54	5,43	31,14	171,63	0,083	0,133	0,175	54,69	1,216
139,1	Напиток из св плодов	180	0,12		18,847	61,26			3,372	3,576	0,204
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	60,89	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	**396**	**11,66**	**8,7**	**64,567**	**319,24**	**0,162**	**0,181**	**8,65**	**84,191**	**3,205**
	Итого за день:	**1 590**	**58,143**	**54,043**	**227,846**	**1 399,47**	**0,737**	**0,61**	**152,427**	**837,904**	**12,675**