"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
"16" 04 2025 г.

Подпись

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: 2025.04.15 15:29:34+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

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

Ежедневное меню на
16 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										
6,1	Каша манная молочная	150	6	3,9	25,8	132,35	0,06	0,15	0,72	148,8	0,32
100,1	Бутерброд с сыром с булкой	10,638/29,67	4,97	6,54	14,56	110,97	0,05	0,06	0,07	98,1	0,07
36	Какао на молоке	170	5,769	6,698	21,885	135,14	0,068	0,272	2,21	206,641	0,771
	Итого:	**360**	**16,739**	**17,138**	**62,245**	**378,46**	**0,178**	**0,482**	**3**	**453,541**	**1,161**
	Завтрак 2ой										
0,33	Киви	71	0,568	0,284	5,751	27,07	0,014	0,028	127,8	28,4	0,568
	Итого:	**71**	**0,568**	**0,284**	**5,751**	**27,07**	**0,014**	**0,028**	**127,8**	**28,4**	**0,568**
	Обед										
215,1	Огурцы свежие порциями	29	0,232	0,029	0,725	3,31	0,007	0,015	2,9	6,67	0,174
245	Суп - лапша домашняя	150	1,72	1,09	11,89	54,38	0,06	0,04	4,17	12,13	0,57
245,1	Лапша домашняя	12	1,535	0,468	7,928	34,12	0,021	0,018		4,77	0,218
222	Зелень в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,49		0,01	5	11,15	0,08
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,49		0,01	5	11,15	0,08
260	Плов из птицы	149	14,081	11,883	24,92	212,72	0,037	0,084	0,382	31,383	1,462
123,1	Компот из свежих плодов	130	0,52	0,347	26,003	83,64	0,009	0,009	42,9	4,472	0,615
0,09	Хлеб ржаной	41	2,706	0,492	14,022	58,81	0,072	0,031		14,35	1,599
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**518**	**20,894**	**14,328**	**85,649**	**447,93**	**0,206**	**0,216**	**60,352**	**107,115**	**4,885**
	Полдник										
281,1	Ряженка	161	4,669	4,025	6,762	66,07	0,032	0,021	0,483	199,64	0,161
149,1	Ватрушка с повидлом	60	4,44	1,9	42,44	150,98	0,08	0,05	0,06	15,92	1,18
	Итого:	**221**	**9,109**	**5,925**	**49,202**	**217,05**	**0,112**	**0,071**	**0,543**	**215,56**	**1,341**
	Ужин										
247,3	Винегрет овощной	150	2,213	13,425	10,763	139,97	0,075	0,038	6	28,2	1,013
30,2	Котлеты рыбные с морковью	60	9,3	3,25	5,26	66,22	0,05	0,1	1,18	34,42	0,73
273,4	Напиток лимонный	170	0,385		19,255	64,03	0,005		4,522	4,981	0,114
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	57,35	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	**410**	**14,538**	**17,155**	**48,958**	**327,56**	**0,2**	**0,168**	**11,702**	**81,601**	**3,417**
	Итого за день:	**1 580**	**61,847**	**54,83**	**251,804**	**1 398,08**	**0,71**	**0,965**	**203,397**	**886,217**	**11,372**