

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

Базюк С. В.

М. П. 16 апреля 2025 г.

Подпись _____

День: 4

Неделя: 1

Сезон: Весна-Лето 2025 САД

Возрастная категория: Дети-сад Д№9

**Ежедневное меню на
 17 апреля 2025 г.**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
7,1	Каша пшеничная на молоке	200	11,6	5,5	50,8	303,20		24	0,93	185,94	2,66
0,09	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
35,1	Кофейный напиток	180	2,25	1,44	12,884	69,53	0,054	0,225	1,035	36,774	0,531
	Итого:	430	17,15	7,54	80,784	461,24	0,144	24,265	1,965	240,214	5,141
Завтрак 2ой											
0,21	Мандарины	100	0,8	0,2	7,5	38,00	0,06	0,03	38	35	0,1
0,34	Вода питьевая	125								5,625	0,001
	Итого:	225	0,8	0,2	7,5	38,00	0,06	0,03	38	40,625	0,101
Обед											
216,1	Помидоры свежие порциями	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15	8,4	0,54
80,1	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	96,30	0,08	0,05	6,03	21,16	0,78
0,13	Сметана в суп	10	0,3	1	0,275	11,30		0,025	0,063	9	0,025
220,1	Мясо для супа	10	2,6	1,68		25,40	0,005	0,016		3	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
258,3	Картофель тушённый	150	3,93	3,57	25,62	150,32	0,158	0,133	13,185	46,26	1,335
250,2	Биточки	80	12,9	7,8	7,8	152,00	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
140,1	Напиток яблочный (Без сахара)	200	0,1	0,1	2,4	6,90	0,01	0,01	41,25	4,84	0,62
0,09	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	767	25,574	18,984	68,905	544,77	0,433	0,402	79,64	160,77	6,386
Полдник											
37,1	Молоко кипячёное	200	5,1	5,3	9,4	103,40	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
	Итого:	200	5,1	5,3	9,4	103,40	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
Ужин											
180,1	Вареники ленивые	150	18,5	17,83	26,2	340,13	0,075	0,3	0,25	163,6	0,975
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду) Без сахара	30	0,5	1,34	1,67	20,74	0,01		0,2	19,07	0,04
123,4	Компот из плодов сушеных	200	1,5		39,216	153,56					
0,09	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
	Итого:	430	23,8	19,77	84,186	602,94	0,175	0,34	0,45	200,17	2,965
	Итого за день:	2 052	72,424	51,794	250,775	1 750,35	0,862	25,197	121,095	862,179	14,693
	Итого среднее за 10 дней:		79,243	64,374	284,119	1 800,15	1,014	1,607	177,716	952,623	17,27

Шеф-повар: _____ /Рафикова А. Р./

Мед сестра: _____ /Гайнутдинова Ф. Р./