"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
М.П.
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: 2025.04.28 13:59:32+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

День: 5
Неделя: 2
Сезон: Весна-Лето 2025 САД
Возрастная категория: Дети-сад Д№9

Ежедневное меню на
25 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										
271,1	Консервированная кукуруза порциями	60	1,32	0,24	6,72	34,80	0,01	0,03	2,88	3	0,24
15,1	Омлет натуральный	109	10,9	11,173	2,18	152,33	0,055	0,3	0,164	74,338	1,744
0,09	Хлеб ржаной	51	3,366	0,612	17,442	90,28	0,092	0,041		17,85	1,989
35,1	Кофейный напиток	180	2,25	1,44	12,884	69,53	0,054	0,225	1,035	36,774	0,531
	Итого:	**400**	**17,836**	**13,465**	**39,226**	**346,94**	**0,21**	**0,596**	**4,079**	**131,962**	**4,504**
	Завтрак 2ой										
0,21	Мандарины	100	0,8	0,2	7,5	38,00	0,06	0,03	38	35	0,1
	Итого:	**100**	**0,8**	**0,2**	**7,5**	**38,00**	**0,06**	**0,03**	**38**	**35**	**0,1**
	Обед										
83,1	Суп из овощей	200	1,43	3,09	8,12	66,04	0,05	0,04	6,8	16,2	0,54
0,13	Сметана в суп	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
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
267,1	Жаркое по-домашнему из говядины	180	16,904	19,15	16,983	308,40	0,188		23,103	31,883	3,725
139,1	Напиток из св плодов	200	0,1		20,908	79,21	0,01	0,01	3,75	3,98	0,22
0,09	Хлеб ржаной	51	3,366	0,612	17,442	90,28	0,092	0,041		17,85	1,989
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**646**	**22,144**	**23,676**	**63,833**	**554,17**	**0,34**	**0,119**	**37,703**	**97,073**	**6,645**
	Полдник										
284,1	Снежок	184	5,152	6,256	20,24	158,24	0,055	0,028	1,656	222,64	0,184
	Итого:	**184**	**5,152**	**6,256**	**20,24**	**158,24**	**0,055**	**0,028**	**1,656**	**222,64**	**0,184**
	Ужин										
40,1	Салат с огурцами и помидорами+	61	0,61	4,677	1,525	50,12	0,02	0,031	8,642	20,201	0,376
103,1	Макаронные изделия отварные	130	4,784	3,917	22,923	145,99	0,052	0,026		4,212	0,962
128	Компот из смеси сухофруктов	200	1,5		26,9	109,55	0,02	0,08	2,5	57,9	1,56
0,09	Хлеб ржаной	51	3,366	0,612	17,442	90,28	0,092	0,041		17,85	1,989
	Итого:	**442**	**10,26**	**9,206**	**68,79**	**395,94**	**0,184**	**0,177**	**11,142**	**100,163**	**4,887**
	Итого за день:	**1 772**	**56,192**	**52,803**	**199,589**	**1 493,29**	**0,849**	**0,949**	**92,579**	**586,839**	**16,32**