"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
М. П. 28 апреля 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: 2025.05.16 13:06:38+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

День: 2
Неделя: 1
Сезон: Весна-Лето 2025 САД
Возрастная категория: Дети сад

Ежедневное меню на 29 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										
150,1	Суфле творожное	122	21,808	11,59	22,723	255,91	0,061	0,275	0,336	158,097	0,671
184,1	Соус абрикосовый	40	0,32		26,4	93,03		0,016	0,08	7,44	0,208
266	Бутерброды с джемом	29,63/15	2,054	3,215	23,629	121,19	0,041	0,025	0,393	8,591	0,565
34	Чай с молоком	200	1,9	1,9	14,8	77,19	0,02	0,08	0,48	75	1,19
	Итого:	**407**	**26,081**	**16,705**	**87,552**	**547,32**	**0,122**	**0,395**	**1,288**	**249,128**	**2,634**
	Завтрак 2ой										
0,28	Апельсины	80	0,72	0,16	6,48	26,63	0,032	0,024	48	27,2	0,24
	Итого:	**80**	**0,72**	**0,16**	**6,48**	**26,63**	**0,032**	**0,024**	**48**	**27,2**	**0,24**
	Обед										
249,1	Уха с крупой	200	1,904	2,2	14	79,67	0,08	0,048	7,408	16,12	0,853
249,2	Рыба горбуша для супа	25	5	2,03		35,19	0,06	0,06	0,25	3,75	0,2
222	Зелень в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,55		0,004	2	4,46	0,032
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,55		0,004	2	4,46	0,032
104,2	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	126,27	0,14	0,11	18,16	36,98	1,01
250,1	Котлеты	80	12,9	7,8	7,8	139,84	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
143,1	Напиток из плодов шиповника	180	0,63		16,481	58,80	0,009	0,117	198	11,16	4,554
0,09	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	81,43	0,09	0,04		17,5	1,95
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**692**	**26,898**	**17,454**	**75,981**	**522,31**	**0,429**	**0,483**	**227,93**	**136,12**	**9,543**
	Полдник										
37,1	Молоко кипячёное	190	4,845	5,035	8,93	90,37	0,048	0,152	0,988	209,38	0,095
1	Пирожки сдобные печеные с сердцем	60	7,72	4,96	20,4	144,56	0,061	0,08	1,75	11,63	2,33
	Итого:	**250**	**12,565**	**9,995**	**29,33**	**234,93**	**0,109**	**0,232**	**2,738**	**221,01**	**2,425**
	Ужин										
58	Икра кабачковая+	56	1,307	4,293	6,907	57,36	0,037	0,037	9,987	24,724	0,681
15,1	Омлет натуральный	120	12	12,3	2,4	154,28	0,06	0,33	0,18	81,84	1,92
123,1	Компот из свежих плодов	200	0,7	0,6	39,306	143,39	0,01	0,01	66	6,88	0,95
0,1	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,45	23,34	105,62	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	**416**	**17,807**	**17,643**	**71,953**	**460,65**	**0,187**	**0,407**	**76,167**	**124,944**	**4,501**
	Итого за день:	**1 845**	**84,071**	**61,958**	**271,295**	**1 791,83**	**0,879**	**1,541**	**356,123**	**758,402**	**19,343**