"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
М. П. 28 апреля 2025 г.

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: 2025.05.06 13:23:23+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

День: 2
Неделя: 1
Сезон: Весна-Лето 2025 ЯСЛИ
Возрастная категория: Дети - ясли

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	100	14,333	7,667	14,833	162,28	0,05	0,217	0,267	129,583	0,55
266	Бутерброды с джемом	10/29,628	1,825	2,858	21,004	104,21	0,036	0,022	0,349	7,636	0,502
184,1	Соус абрикосовый	40	0,32		26,4	90,00		0,016	0,08	7,44	0,208
34	Чай с молоком	180	1,92	1,92	14,88	75,19	0,012	0,072	0,432	67,5	1,068
	Итого:	**360**	**18,399**	**12,445**	**77,117**	**431,67**	**0,098**	**0,326**	**1,128**	**212,16**	**2,328**
	Завтрак 2ой										
0,28	Апельсины	75	0,675	0,15	6,075	24,15	0,03	0,002	45	25,5	0,225
	Итого:	**75**	**0,675**	**0,15**	**6,075**	**24,15**	**0,03**	**0,002**	**45**	**25,5**	**0,225**
	Обед										
249,1	Уха с крупой	150	1,4	1,7	10,5	57,85	0,06	0,04	5,56	12,09	0,64
249,2	Рыба горбуша для супа	15	3	1,218		20,43	0,036	0,036	0,15	2,25	0,12
222	Зелень в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,53		0,01	5	11,15	0,08
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,53		0,01	5	11,15	0,08
104,2	Картофельное пюре	110	2,246	3,52	14,988	89,58	0,101	0,083	13,319	27,115	0,743
250,1	Котлеты	60	9,7	5,9	5,9	101,46	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66
143,1	Напиток из плодов шиповника	150	0,5		13,21	45,66	0,01	0,1	164,92	9,3	3,79
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	63,04	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**532**	**19,586**	**12,838**	**58,438**	**379,08**	**0,317**	**0,389**	**194,039**	**122,615**	**7,76**
	Полдник										
37,1	Молоко кипячёное	170	4,42	4,533	8,047	78,47	0,045	0,181	0,884	173,831	0,079
	Пирожки сдобные печеные с сердцем	50	7,129	4,429	15,229	115,01	0,047	0,071	1,8	9,586	2,257
	Итого:	**220**	**11,549**	**8,962**	**23,275**	**193,49**	**0,092**	**0,253**	**2,684**	**183,416**	**2,336**
	Ужин										
58	Икра кабачковая+	45	1,013	3,488	5,513	44,66	0,023	0,023	8,021	19,868	0,551
15,1	Омлет натуральный	110	11	11,367	2,2	137,06	0,055	0,312	0,165	75,167	1,76
123,1	Компот из свежих плодов	170	0,68	0,453	34,005	120,17	0,011	0,011	56,1	5,848	0,805
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	63,01	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	**355**	**15,332**	**15,787**	**55,397**	**364,90**	**0,159**	**0,375**	**64,286**	**114,882**	**4,676**
	Итого за день:	**1 542**	**65,541**	**50,182**	**220,302**	**1 393,29**	**0,697**	**1,345**	**307,137**	**658,573**	**17,325**