

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

Базюк С. В.

М. П. 20 апреля 2025 г.

Подпись _____

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

**Ежедневное меню на
 21 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											
17,1	Суп молочный с крупой (пшено)	200	5,8	5,48	18,57	146,80	0,11	0,2	0,91	161,92	0,54
266,1	Бутерброды с повидлом	12/33,739	2,083	3,287	23,05	130,47	0,042	0,025	0,084	9,116	0,728
36	Какао на молоке	180	6,111	7,092	23,166	176,61	0,081	0,288	2,34	218,745	0,81
	Итого:	426	13,994	15,859	64,786	453,88	0,233	0,513	3,334	389,781	2,078
Завтрак 2ой											
0,28	Апельсины	80	0,72	0,16	6,48	28,94	0,032	0,024	48	27,2	0,24
	Итого:	80	0,72	0,16	6,48	28,94	0,032	0,024	48	27,2	0,24
Обед											
309,1	Огурцы соленые порциями	50	0,4	0,05	0,85	5,45	0,008	0,008	2,5	11,5	0,3
88,1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	1,602	1,854	11,862	70,52	0,072	0,045	6,48	18,063	0,684
71,1	Фрикадельки мясные	20	3,82	2,027	0,16	34,12	0,013	0,04	0,2	3,127	0,287
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
103,1	Макаронные изделия отварные	130	4,784	3,917	22,923	145,99	0,052	0,026		4,212	0,962
119,1	Гуляш из отварной говядины	70	16,914	5,023	3,448	125,02	0,079	0,149	1,199	16,048	1,575
140,1	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	23,406	89,76	0,01	0,01	41,25	4,84	0,62
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:	708	31,09	13,607	80,251	562,34	0,326	0,327	55,629	95,599	6,568
Полдник											
281,1	Ряженка	192	5,568	4,8	8,064	98,13	0,043	0,025	0,576	238,08	0,192
301	Булочка российская	60	4,251	2,897	39,197	199,80	0,069	0,069	0,043	16,843	0,589
	Итого:	252	9,819	7,697	47,261	297,93	0,111	0,093	0,619	254,923	0,781
Ужин											
246,3	Рыба запеченная с картофелем по – русски	180	20,277	15,219	9,972	258,30	0,27		12,15	48,816	1,503
34,1	Чай с лимоном	200	0,22	0,1	14,58	59,00	0,003	0,003	2,9	8,2	0,907
58	Икра кабачковая+	60	1,4	4,6	7,4	66,80	0,04	0,04	10,7	26,49	0,73
0,1	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,45	23,34	114,80	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	480	25,697	20,369	55,292	498,90	0,393	0,073	25,75	95,006	4,09
	Итого за день:	1 946	81,32	57,692	254,07	1 842,00	1,095	1,03	133,331	862,509	13,756
	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./