"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
М. П. 27 января 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: 2025.01.31 15:45:09+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

День: 2
Неделя: 2
Сезон: Зима-весна 2025 САД
Возрастная категория: Дети сад

Ежедневное меню на
28 января 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										
3 095	Суп молочный с рисовой крупой	200	4,82	5,08	16,83	132,40	0,06	0,2	0,91	158,82	0,25
35,1	Кофейный напиток	200	2,5	1,6	14,316	77,26	0,06	0,25	1,15	40,86	0,59
266	Бутерброды с джемом	30,196/4,091/10,364	2,054	3,215	23,629	131,73	0,041	0,025	0,393	8,591	0,565
	Итого:	**445**	**9,374**	**9,895**	**54,775**	**341,39**	**0,161**	**0,475**	**2,453**	**208,271**	**1,405**
	Завтрак 2ой										
0,21	Мандарины	80	0,64	0,16	6	30,40	0,048	0,024	30,4	28	0,08
	Итого:	**80**	**0,64**	**0,16**	**6**	**30,40**	**0,048**	**0,024**	**30,4**	**28**	**0,08**
	Обед										
66,1	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	0,04	0,03	8,23	35,5	0,95
0,13	Сметана в суп	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
220,1	Мясо для супа	7	1,82	1,176		17,78	0,004	0,011		2,1	0,112
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
	Оладьи из печени	80									
183	Соус сметанный	30	0,46	0,62	1,7	14,56	0,01	0,01	0,01	6,62	0,05
139,1	Напиток из св плодов	180	0,09		18,817	71,29	0,009	0,009	3,375	3,582	0,198
0,09	Хлеб ржаной	51	3,366	0,612	17,442	90,28	0,092	0,041		17,85	1,989
0,01	Соль	5								18,4	0,145
	Итого:	**695**	**12,314**	**11,079**	**71,453**	**432,14**	**0,206**	**0,155**	**15,665**	**104,384**	**4,49**
	Полдник										
37,1	Молоко кипячёное	180	4,59	4,77	8,46	93,06	0,045	0,144	0,936	198,36	0,09
0,4	Пряники	50	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
	Итого:	**230**	**6,27**	**7,425**	**25,2**	**190,75**	**0,062**	**0,156**	**0,936**	**204,88**	**0,562**
	Ужин										
146,1	Пудинг из творога	156	20,384	21,359	38,012	417,68	0,086	0,346	0,26	189,982	3,393
182,1	Соус молочный (сладкий)	50	1	2	7,5	50,00		0,05	0,15	30,85	0,1
129,1	Кисель из ягод	200	0,1		27,608	115,48			1,2	6,48	0,16
0,1	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,45	23,34	114,80	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	**446**	**25,284**	**23,809**	**96,46**	**697,96**	**0,166**	**0,426**	**1,61**	**238,812**	**4,603**
	Итого за день:	**1 896**	**53,882**	**52,369**	**253,888**	**1 792,63**	**0,643**	**1,235**	**51,064**	**784,347**	**11,14**