

День: 4
 Неделя: 2
 Сезон: Весна-Лето 2025 САД
 Возрастная категория: Дети-сад Д-гип

"УТВЕРЖДАЮ"
 МАДОУ города
 Нижнеартовска ДС №52
 "Самолётник"
 Базюк С. В.
 М. П. 4 июня 2025 г.
 Подпись _____

Ежедневное меню на
 5 июня 2025 г.

№ рецепту ры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетиче ская ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
	Завтрак										
146,1	Пудинг из творога	121	15,811	16,567	29,484	323,97	0,067	0,268	0,202	147,358	2,632
182,1	Соус молочный (сладкий)	50	1	2	7,5	50,00		0,05	0,15	30,85	0,1
0,25	Батон нарезной	39	3,705	0,439	22,766	111,96	0,078	0,029		11,213	0,926
33	Чай с сахаром	200	0,2		0,04	49,00		0,01	0,1	4,4	0,86
	Итого:	410	20,716	19,006	59,79	534,93	0,145	0,357	0,452	193,82	4,518
	Завтрак 2ой										
0,23	Груша	100	0,4	0,03	9,5	40,55	0,02	0,03	5	19	2,3
0,34	Вода питьевая	200								9	0,002
	Итого:	300	0,4	0,03	9,5	40,55	0,02	0,03	5	28	2,302
	Обед										
216,1	Помидоры свежие порциями	50	0,55	0,1	1,9	10,70	0,033	0,017	12,5	7	0,45
253,2	Суп картофельный с клецками	200	1,4	3,904	8,096	72,00	0,026	0,026	7,08	32,344	0,826
300,2	Клѐцки	25	0,98	0,81	4,79	30,40	0,018	0,015		3,33	0,21
239,1	Мясо для супа (куры)	25	11,97	11,45	0,14	151,20	0,067		1,695	17,77	1,05
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
503	Капуста свежая, тушенная с мясом	170	13,49	5,279	9,104	137,87	0,128	1,36	58,361	65,994	2,202
123,1	Компот из свежих плодов	180	0,63	0,54	35,375	140,27	0,009	0,009	59,4	6,192	0,855
0,09	Хлеб ржаной	49	3,234	0,588	16,758	86,74	0,088	0,039		17,15	1,911
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	706	32,357	22,694	76,323	630,38	0,369	1,474	143,036	169,74	7,654
	Полдник										
37,1	Молоко кипячѐное	200	5,1	5,3	9,4	103,40	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
0,4	Пряники	48	1,613	2,549	16,07	93,78	0,016	0,012		6,259	0,453
	Итого:	248	6,713	7,849	25,47	197,18	0,066	0,172	1,04	226,659	0,553
	Ужин										
214,1	Перец сладкий свежий порциями	54	0,702	0,054	2,646	13,88	0,045	0,045	108	4,32	0,27
258,3	Картофель тушѐнный	160	4,192	3,808	27,328	160,34	0,169	0,142	14,064	49,344	1,424
33	Чай с сахаром	200	0,2		0,04	49,00		0,01	0,1	4,4	0,86
0,1	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,45	23,34	114,80	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	454	8,894	4,312	53,354	338,02	0,294	0,227	122,164	69,564	3,504
	Итого за день:	2 118	69,08	53,891	224,437	1 741,07	0,894	2,259	271,692	687,784	18,532
	Итого среднее за 10 дней:		78,292	63,469	280,022	1 800,18	1,003	1,586	177,541	922,566	17,188

Шеф-повар: _____/Рафикова А. Р./
 Мед сестра: _____/Гайнутдинова Ф. Р. /