"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
Подп

Базюк Светлана Владимировна

Подписан: Базюк Светлана Владимировна
DN: C=RU, OID.2.5.4.42=Заведующий, O="МАДОУ г.Нижневартовска ДС № 52 ""Самолётик""", CN=Базюк Светлана Владимировна, E=samoletik52@mail.ru
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение: 12345678
Дата: 2025.03.28 15:30:36+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

День: 4
Неделя: 2
Сезон: Зима-весна 2025 САД
Возрастная категория: Дети-сад Д№9

Ежедневное меню на
27 марта 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	120	21,45	11,4	22,35	251,71	0,06	0,27	0,33	155,505	0,66
182,3	Соус сладкий	22	1,584	1,87	12,21	66,39	0,001	0,084	0,22	67,54	0,044
268	Бутерброды с маслом	30,573/10	2,511	7,739	14,986	128,25	0,051	0,031		9,533	0,636
36	Какао на молоке	200	6,79	7,88	25,74	180,53	0,09	0,32	2,6	243,05	0,9
	Итого:	**383**	**32,335**	**28,889**	**75,285**	**626,88**	**0,203**	**0,704**	**3,15**	**475,627**	**2,239**
	Завтрак 2ой										
0,02	Бананы	97	1,455	0,097	20,37	77,91	0,039	0,049	9,7	7,76	0,582
	Итого:	**97**	**1,455**	**0,097**	**20,37**	**77,91**	**0,039**	**0,049**	**9,7**	**7,76**	**0,582**
	Обед										
89,1	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	2,375	2,75	17,5	99,59					
90,2	Фрикадельки рыбные (кета)	25	4,51	0,33	0,52	20,93	0,02	0,03	0,46	12,31	0,26
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
204,1	Гречка рассыпчатая	130	7,817	2,028	39,511	172,31	0,208	0,113		16,943	3,978
250,2	Биточки	80	12,9	7,8	7,8	139,84	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
314,1	Соус томатный	30	1,02	2,7	4,68	44,16	0,012	0,012	1,68	12	0,42
123,1	Компот из свежих плодов	180	0,63	0,54	35,375	129,05	0,009	0,009	59,4	6,192	0,855
0,09	Хлеб ржаной	51	3,366	0,612	17,442	83,06	0,092	0,041		17,85	1,989
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**703**	**32,722**	**16,784**	**122,989**	**690,05**	**0,391**	**0,312**	**65,652**	**115,905**	**8,478**
	Полдник										
37,1	Молоко кипячёное	200	5,1	5,3	9,4	95,13	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
	Итого:	**200**	**5,1**	**5,3**	**9,4**	**95,13**	**0,05**	**0,16**	**1,04**	**220,4**	**0,1**
	Ужин										
216,1	Помидоры свежие порциями	50	0,55	0,1	1,9	9,84	0,033	0,017	12,5	7	0,45
258,3	Картофель тушённый	150	3,93	3,57	25,62	138,30	0,158	0,133	13,185	46,26	1,335
139,1	Напиток из св плодов	200	0,1		20,908	72,87	0,01	0,01	3,75	3,98	0,22
0,09	Хлеб ржаной	51	3,366	0,612	17,442	83,06	0,092	0,041		17,85	1,989
	Итого:	**451**	**7,946**	**4,282**	**65,87**	**304,07**	**0,293**	**0,2**	**29,435**	**75,09**	**3,994**
	Итого за день:	**1 834**	**79,559**	**55,352**	**293,914**	**1 794,03**	**0,976**	**1,426**	**108,977**	**894,783**	**15,394**