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: 2024.05.14 13:39:52+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города Нижневартовска ДС №52 "Самолётик"
Базюк С. В.
М. П. 7 мая 2024 г.
Подпись _____

День: 3
Неделя: 2
Сезон: Весна-Лето 2024 ЯСЛИ
Возрастная категория: Дети - ясли

**Ежедневное меню на**
**8 мая 2024 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** | | | | | | | | | | |
| 2,1 | Каша пшённая | 150 | 8,6 | 5 | 39,2 | 202,356 | 0,18 | 0,16 | 0,69 | 149,49 | 1,25 |
| 36 | Какао на молоке | 170 | 5,769 | 6,698 | 21,885 | 140,14392 | 0,068 | 0,272 | 2,21 | 206,641 | 0,771 |
| 0,25 | Батон нарезной | 30 | 2,28 | 0,27 | 14,01 | 57,8676 | 0,048 | 0,018 | | 6,9 | 0,57 |
| | **Итого:** | **350** | **16,649** | **11,968** | **75,095** | **400,368** | **0,296** | **0,45** | **2,9** | **363,031** | **2,591** |
| | **Завтрак 2ой** | | | | | | | | | | |
| 0,28 | Апельсины | 75 | 0,675 | 0,15 | 6,075 | 22,7934 | 0,03 | 0,002 | 45 | 25,5 | 0,225 |
| | **Итого:** | **75** | **0,675** | **0,15** | **6,075** | **22,793** | **0,03** | **0,002** | **45** | **25,5** | **0,225** |
| | **Обед** | | | | | | | | | | |
| 311,1 | Томаты консервированные порциями | 40 | 0,44 | 0,04 | 1,4 | 6,4848 | | 0,01 | 6 | 4 | 0,32 |
| 96,1 | Суп с бобовыми | 150 | 4,99 | 3,33 | 11,51 | 79,464 | 0,1 | 0,04 | 1,08 | 39,04 | 1,39 |
| 222 | Зелень в суп | 2 | 0,05 | 0,01 | 0,08 | 0,504 | | 0,01 | 5 | 11,15 | 0,08 |
| 222,2 | Лук зеленый в суп | 2 | 0,05 | 0,01 | 0,08 | 0,504 | | 0,01 | 5 | 11,15 | 0,08 |
| 227,1 | Плов из отварной говядины | 170 | 11,05 | 12,24 | 32,583 | 239,26896 | 0,094 | | 5,78 | 25,406 | 2,342 |
| 0,44 | Сок фруктовый | 150 | 0,45 | | 20,69 | 67,5528 | 0,03 | 0,01 | 3 | 26,99 | 0,6 |
| 0,09 | Хлеб ржаной | 39 | 2,574 | 0,468 | 13,338 | 58,00956 | 0,068 | 0,029 | | 13,65 | 1,521 |
| 0,01 | Соль | 3 | | | | | | | | 11,04 | 0,087 |
| | **Итого:** | **556** | **19,604** | **16,098** | **79,681** | **451,789** | **0,293** | **0,109** | **25,86** | **142,426** | **6,42** |
| | **Полдник** | | | | | | | | | | |
| 281 | Кефир | 141 | 4,089 | 3,525 | 5,64 | 59,22 | 0,056 | 0,244 | 0,987 | 169,2 | 0,141 |
| | Пирожки сдобные печеные с сердцем | 60 | 8,554 | 5,314 | 18,274 | 130,26216 | 0,057 | 0,086 | 2,16 | 11,503 | 2,709 |
| | **Итого:** | **201** | **12,643** | **8,839** | **23,914** | **189,482** | **0,113** | **0,33** | **3,147** | **180,703** | **2,85** |
| | **Ужин** | | | | | | | | | | |
| 271,1 | Консервированная кукуруза порциями | 40 | 0,88 | 0,16 | 4,48 | 19,488 | 0,01 | 0,02 | 1,92 | 2 | 0,16 |
| 15,1 | Омлет натуральный | 108 | 10,8 | 11,16 | 2,16 | 127,008 | 0,054 | 0,306 | 0,162 | 73,8 | 1,728 |
| 123,1 | Компот из свежих плодов | 180 | 0,72 | 0,48 | 36,005 | 120,09312 | 0,012 | 0,012 | 59,4 | 6,192 | 0,852 |
| 0,1 | Хлеб пшеничный | 31 | 2,728 | 0,496 | 14,136 | 61,4544 | 0,072 | 0,031 | | 14,467 | 1,612 |
| | **Итого:** | **359** | **15,128** | **12,296** | **56,781** | **328,044** | **0,148** | **0,369** | **61,482** | **96,459** | **4,352** |
| | **Итого за день:** | **1 541** | **64,699** | **49,351** | **241,546** | **1 392,476** | **0,88** | **1,26** | **138,389** | **808,118** | **16,437** |
| | | | | | | | | | | | |