

День: 4
 Неделя: 1
 Сезон: Весна-Лето 2025 САД
 Возрастная категория: Дети-сад Д№9

"УТВЕРЖДАЮ"
 МАДОУ города
 Нижневартовска ДС №52
 "Самолётник"
 Базюк С. В.
 М. П. 28 мая 2025 г.
 Подпись _____

Ежедневное меню на
 29 мая 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		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак										
2,1	Каша пшѐнная на молоке (Без сахара)	200	7,67	4,69	30,41	194,49	0,237		2,263	219,6	1,255
268	Бутерброды с маслом	30/10	2,45	7,55	14,62	136,00	0,05	0,03		9,3	0,62
35,1	Кофейный напиток	200	2,5	1,6	14,316	77,26	0,06	0,25	1,15	40,86	0,59
	Итого:	440	12,62	13,84	59,346	407,75	0,347	0,28	3,413	269,76	2,465
	Завтрак 2ой										
0,02	Бананы	100	1,5	0,1	21	87,30	0,04	0,05	10	8	0,6
	Итого:	100	1,5	0,1	21	87,30	0,04	0,05	10	8	0,6
	Обед										
216,1	Помидоры свежие порциями	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15	8,4	0,54
80,1	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	96,30	0,08	0,05	6,03	21,16	0,78
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	10	2,6	1,68		25,40	0,005	0,016		3	0,16
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
204,1	Гречка рассыпчатая	150	9,02	2,34	45,59	216,11	0,24	0,13		19,55	4,59
250,2	Биточки	80	12,9	7,8	7,8	152,00	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
140,1	Напиток яблочный (Без сахара)	200	0,1	0,1	2,4	6,90	0,01	0,01	41,25	4,84	0,62
0,09	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	765	30,604	17,554	88,82	608,30	0,515	0,394	66,442	132,26	9,636
	Полдник										
37,1	Молоко кипячѐное	200	5,1	5,3	9,4	103,40	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
	печенье	20	0,84	1,328	8,37	48,85	0,009	0,006		3,26	0,236
	Итого:	220	5,94	6,628	17,77	152,25	0,059	0,166	1,04	223,66	0,336
	Ужин										
180,1	Вареники ленивые	159	19,61	18,9	27,772	360,53	0,08	0,318	0,265	173,416	1,034
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду) Без сахара	30	0,5	1,34	1,67	20,74	0,01		0,2	19,07	0,04
123,4	Компот из плодов сушеных	200	1,5		39,216	153,56					
0,09	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
	Итого:	439	24,91	20,84	85,758	623,34	0,18	0,358	0,465	209,986	3,024
	Итого за день:	1 964	75,574	58,961	272,694	1 878,94	1,14	1,248	81,36	843,666	16,061
	Итого среднее за 10 дней:		78,814	63,746	282,977	1 800,12	1,011	1,6	177,571	932,404	17,239

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