

"УТВЕРЖДАЮ"

МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"

Базюк С. В.

М. П. 10 апреля 2024 г.

Подпись _____

День: 4

Неделя: 2

Сезон: Весна-Лето 2024 САД

Возрастная категория: Дети сад корпус 2

**Ежедневное меню на
11 апреля 2024 г.**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
150,1	Суфле творожное	120	21,45	11,4	22,35	273,6	0,06	0,27	0,33	155,505	0,66
182,1	Соус молочный (сладкий)	40	0,8	1,6	6	40		0,04	0,12	24,68	0,08
266,1	Бутерброды с повидлом	25,424/5/10	1,811	2,858	20,044	113,455	0,036	0,022	0,073	7,927	0,633
	Кофейный напиток	200	3,1	2,8	22,9	129,3	0,06	0,25	1,73	160,6	0,19
	Итого:	400	27,161	18,658	71,294	556,355	0,156	0,582	2,253	348,712	1,563
Завтрак 2ой											
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	32,01	0,023	0,015	123,75	12	1,65
	Итого:	75	0,03	0,03	7,35	32,01	0,023	0,015	123,75	12	1,65
Обед											
486	Салат витаминный	40	0,44	3,367	2,633	42,593	0,015		2,147	8,18	0,239
253,2	Суп картофельный с клецками	200	1,4	3,904	8,096	72	0,026	0,026	7,08	32,344	0,826
300,2	Клецки	25	0,98	0,81	4,79	30,4	0,018	0,015		3,33	0,21
239,1	Мясо для супа (котлет)	9	4,309	4,122	0,05	54,432	0,024		0,61	6,397	0,378
222	Зелень в суп	1	0,026	0,006	0,04	0,3		0,002	1	2,23	0,016
222,2	Лук зеленый в суп	1	0,026	0,006	0,04	0,3		0,002	1	2,23	0,016
503	Капуста свежая, тушенная с мясом	200	15,87	6,21	10,71	162,2	0,15	1,6	68,66	77,64	2,59
140,1	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	23,406	89,76	0,01	0,01	41,25	4,84	0,62
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	70,808	0,072	0,032		14	1,56
0,01	Соль	5								18,4	0,145
	Итого:	721	25,791	19,005	63,446	522,793	0,315	1,687	121,747	169,591	6,6
Полдник											
37,1	Молоко кипячёное	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
1	Пирожки сдобные печеные с сердцем	50	6,433	4,133	17	130,942	0,051	0,067	1,458	9,692	1,942
	Итого:	250	11,533	9,433	26,4	234,342	0,101	0,227	2,498	230,092	2,042
Ужин											
216,1	Помидоры свежие порциями	41	0,451	0,082	1,558	8,774	0,027	0,014	10,25	5,74	0,369
258,3	Картофель вареный	180	4,716	4,284	30,744	180,387	0,19	0,159	15,822	55,512	1,602
128	Компот из смеси сухофруктов	200	1,5		44,206	173,46	0,02	0,08	2,5	57,9	1,56
0,1	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	461	10,467	4,816	99,848	477,421	0,317	0,283	28,572	130,652	4,481
	Итого за день:	1 907	74,982	51,942	268,337	1 822,921	0,912	2,793	278,82	891,047	16,336
	Итого среднее за 10 дней:		84,601	67,358	340,434	1 800,157	1,097	1,59	190,597	942,147	17,343

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /