

"УТВЕРЖДАЮ"

МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"

Базюк С. В.

М. П. 11 апреля 2024 г.

Подпись _____

День: 5

Неделя: 2

Сезон: Весна-Лето 2024 САД

Возрастная категория: Дети сад корпус 2

**Ежедневное меню на
12 апреля 2024 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											
8,1	каша кукурузная на молоке	200	11,6	5,5	50,8	303,2	0,11	0,23	0,93	197,43	1,68
1	Масло в кашу	7	0,056	5,082	0,084	46,242		0,014		1,68	0,014
266	Бутерброды с джемом	25,788/5/9,026	1,825	2,858	21,004	117,091	0,036	0,022	0,349	7,636	0,502
34	Чай с молоком	200	1,9	1,9	14,8	83,9	0,02	0,08	0,48	75	1,19
	Итого:	447	15,381	15,34	86,688	550,433	0,166	0,346	1,759	281,746	3,386
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											
215,1	Огурцы свежие порциями	40	0,32	0,04	1	5,64	0,013	0,013	4	9,2	0,24
82,1	Суп крестьянский с пшеном	200	1,42	1,99	7,51	53,6	0,04	0,03	6,6	17,2	0,48
0,13	Сметана в суп	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
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
251,1	Азу с говядиной	200	10,913	14,652	14,626	260,661	0,183		26,983	35,461	2,87
128	Компот из смеси сухофруктов	200	1,5		44,206	173,46	0,02	0,08	2,5	57,9	1,56
0,09	Хлеб ржаной	39	2,574	0,468	13,338	69,038	0,07	0,031		13,65	1,521
0,01	Соль	5								18,4	0,145
	Итого:	694	17,019	17,962	80,98	572,039	0,326	0,179	42,133	163,471	6,868
Полдник											
0,24	Йогурт	200	6,25	1,875	4,375	58,5		0,037	0,75	155	0,125
	Плюшка Новомосковская	70	4,8	5,2	38,1	218	0,101		0,036	21,11	0,76
	Итого:	270	11,05	7,075	42,475	276,5	0,101	0,037	0,786	176,11	0,885
Ужин											
39,1	Салат с помидорами	40	0,4	3,067	0,8	32,2	0,013	0,02	4,14	17,747	0,207
175,1	Макаронны, запеченные с яйцом	180	10,242	6,507	37,368	239,472	0,099	0,153	0,207	65,628	1,458
0,44	Сок фруктовый	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
0,1	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,45	23,34	114,8	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	460	15,442	10,224	89,108	493,752	0,232	0,223	8,347	134,875	3,415
	Итого за день:	1 946	58,922	50,631	306,601	1 924,734	0,848	0,799	176,775	768,202	16,203
	Итого среднее за 10 дней:		84,601	67,358	340,434	1 800,109	1,097	1,59	190,597	942,147	17,343

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /