

"УТВЕРЖДАЮ"  
 МАДОУ города  
 Нижневартовска ДС №52  
 "Самолётик"  
 Базюк С. В.  
 М. П. 24 апреля 2024 г.  
 Подпись \_\_\_\_\_

День: 4  
 Неделя: 2  
 Сезон: Весна-Лето 2024 САД  
 Возрастная категория: Дети сад корпус 2

Ежедневное меню на  
 25 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
<b>Завтрак</b>											
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
100,1	Бутерброд с сыром с булкой	24,716/10	5,476	6,176	15,081	137,667	0,054	0,062	0,086	113,089	0,739
35,1	Кофейный напиток	200	2,5	1,6	14,316	77,26	0,06	0,25	1,15	40,86	0,59
	<b>Итого:</b>	<b>395</b>	<b>30,226</b>	<b>20,776</b>	<b>57,747</b>	<b>528,527</b>	<b>0,174</b>	<b>0,622</b>	<b>1,686</b>	<b>334,134</b>	<b>2,069</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,44	Сок фруктовый	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8
	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>27,6</b>	<b>107,28</b>	<b>0,04</b>	<b>0,02</b>	<b>4</b>	<b>40</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>											
216,1	Помидоры свежие порциями	40	0,44	0,08	1,52	8,56	0,027	0,013	10	5,6	0,36
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 (куры)	11	5,267	5,038	0,062	66,528	0,029		0,746	7,819	0,462
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
139,1	Напиток из св плодов	200	0,1		20,908	79,21	0,01	0,01	3,75	3,98	0,22
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
	<b>Итого:</b>	<b>722</b>	<b>26,683</b>	<b>16,522</b>	<b>59,504</b>	<b>488,536</b>	<b>0,33</b>	<b>1,7</b>	<b>92,236</b>	<b>167,223</b>	<b>6,366</b>
<b>Полдник</b>											
37,1	Молоко кипячёное	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
149,1	Ватрушка с повидлом	60	4,44	1,903	42,437	186,394	0,08	0,05	0,06	15,917	1,174
	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>9,54</b>	<b>7,203</b>	<b>51,837</b>	<b>289,794</b>	<b>0,13</b>	<b>0,21</b>	<b>1,1</b>	<b>236,317</b>	<b>1,274</b>
<b>Ужин</b>											
248	Сельдь с раст. маслом	60	8,21	6,74	0,04	92,78				46,32	0,01
104,1	Картофельное пюре	150	3,18	4,09	20,99	139,01	0,13	0,11	10,81	37,04	1,1
133	Кисель из шиповника	200	0,3		25,312	107,42		0,04	35,2	8,75	1,86
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,85	0,338	17,505	86,1	0,06	0,023		8,625	0,713
	<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>14,54</b>	<b>11,168</b>	<b>63,847</b>	<b>425,31</b>	<b>0,19</b>	<b>0,173</b>	<b>46,01</b>	<b>100,735</b>	<b>3,683</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>2 017</b>	<b>81,988</b>	<b>55,868</b>	<b>260,535</b>	<b>1 839,447</b>	<b>0,865</b>	<b>2,724</b>	<b>145,031</b>	<b>878,409</b>	<b>14,192</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>84,601</b>	<b>67,358</b>	<b>340,434</b>	<b>1 800,146</b>	<b>1,097</b>	<b>1,59</b>	<b>190,597</b>	<b>942,147</b>	<b>17,343</b>

Мед сестра: \_\_\_\_\_ / Несговорова О. В. /