

"УТВЕРЖДАЮ"
 МАДОУ города
 Нижневартовска ДС №52
 "Самолётник"

Базюк С. В.

М. П. 26 апреля 2024 г.

Подпись _____

День: 1

Неделя: 1

Сезон: Весна-Лето 2024 САД

Возрастная категория: Дети сад корпус 2

**Ежедневное меню на
 27 апреля 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											
17,1	Суп молочный с крупой (пшено)	158	4,582	4,329	14,67	115,972	0,087	0,158	0,719	127,917	0,427
266	Бутерброды с джемом	24,655/5,136/10,358	1,825	2,858	21,004	117,091	0,036	0,022	0,349	7,636	0,502
34	Чай с молоком	204	1,938	1,938	15,096	85,578	0,02	0,082	0,49	76,5	1,214
	Итого:	402	8,345	9,125	50,77	318,641	0,144	0,261	1,558	212,053	2,142
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											
312,2	Икра кабачковая порционная	60	1,14	5,34	4,62	71,1	0,01	0,03	4,2	24,6	0,42
80,1	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	96,3	0,08	0,05	6,03	21,16	0,78
220,1	Мясо для супа	15	3,9	2,52		38,1	0,008	0,024		4,5	0,24
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,165	6,78		0,015	0,038	5,4	0,015
222	Зельн 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
258,3	Картофель тушённый	130	3,406	3,094	22,204	130,28	0,137	0,115	11,427	40,092	1,157
116,1	Суфле рыбное	57	9,491	1,803	0,078	54,478	0,043	0,071	0,413	24,125	0,556
275	Компот из консервированных плодов	200	0,16		30,334	123,07	0,016	0,032	2,4	8,39	0,439
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:	715	22,649	17,939	84,431	591,515	0,366	0,373	26,508	165,127	5,344
Полдник											
37,1	Молоко кипячёное	193	4,922	5,115	9,071	99,781	0,048	0,154	1,004	212,686	0,097
302,1	Сырная палочка	68	8,35	24,902	33,878	393,312	0,093	0,093	0,15	132,219	0,8
	Итого:	261	13,272	30,016	42,949	493,093	0,142	0,248	1,153	344,905	0,897
Ужин											
311	Томаты консервированные с кожицей, порциями	40	0,44	0,04	1,4	8	0,004	0,008	6	4	0,32
204,1	Гречка рассыпчатая	150	9,02	2,34	45,59	216,11	0,24	0,13		19,55	4,59
230,1	Масло сливочное для подачи к блюдам	5	0,04	3,625	0,065	33,03		0,005		1,2	0,01
134,1	Кисель из сока	200	0,4		24,824	106,74	0,02	0,01	9,6	14,15	0,23
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,85	0,338	17,505	86,1	0,06	0,023		8,625	0,713
	Итого:	425	12,75	6,343	89,384	449,98	0,324	0,176	15,6	47,525	5,863
	Итого за день:	1 878	57,046	63,453	274,884	1 885,239	0,997	1,073	168,569	781,611	15,895
	Итого среднее за 10 дней:		84,601	67,358	340,434	1 800,121	1,097	1,59	190,597	942,147	17,343

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /