

"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 ЯСЛИ  
Возрастная категория: Дети - ясли 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            |
| <b>Завтрак</b>     |                                   |              |                     |               |                |                                |              |              |                |                          |               |
| 150,1              | Суфле творожное                   | 100          | 14,333              | 7,667         | 14,833         | 182,333                        | 0,05         | 0,217        | 0,267          | 129,583                  | 0,55          |
| 182,1              | Соус молочный (сладкий)           | 30           | 0,6                 | 1,2           | 4,5            | 30                             |              | 0,03         | 0,09           | 18,51                    | 0,06          |
| 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                  | 150          | 2,3                 | 2,1           | 17,2           | 97                             | 0,05         | 0,19         | 1,3            | 120,45                   | 0,14          |
|                    | <b>Итого:</b>                     | <b>320</b>   | <b>19,044</b>       | <b>13,825</b> | <b>56,577</b>  | <b>422,788</b>                 | <b>0,136</b> | <b>0,458</b> | <b>1,729</b>   | <b>276,471</b>           | <b>1,383</b>  |
| <b>Завтрак 2ой</b> |                                   |              |                     |               |                |                                |              |              |                |                          |               |
| 0,29               | Яблоко                            | 75           | 0,03                | 0,03          | 7,35           | 32,01                          | 0,022        | 0,015        | 123,75         | 12                       | 1,65          |
|                    | <b>Итого:</b>                     | <b>75</b>    | <b>0,03</b>         | <b>0,03</b>   | <b>7,35</b>    | <b>32,01</b>                   | <b>0,022</b> | <b>0,015</b> | <b>123,75</b>  | <b>12</b>                | <b>1,65</b>   |
| <b>Обед</b>        |                                   |              |                     |               |                |                                |              |              |                |                          |               |
| 486                | Салат витаминный                  | 40           | 0,44                | 3,37          | 2,63           | 42,59                          | 0,015        |              | 2,15           | 8,18                     | 0,239         |
| 253,2              | Суп картофельный с клецками       | 150          | 1,1                 | 2,9           | 6,1            | 53,9                           | 0,02         | 0,02         | 5,31           | 24,26                    | 0,62          |
| 239,1              | Мясо для супа (кнели)             | 7            | 5,586               | 5,341         | 0,067          | 70,56                          | 0,032        |              | 0,791          | 8,292                    | 0,49          |
| 300,2              | Клецки                            | 20           | 0,787               | 0,653         | 3,827          | 24,267                         | 0,015        | 0,012        |                | 2,667                    | 0,16          |
| 222                | Зелень в суп                      | 1            | 0,025               | 0,005         | 0,04           | 0,3                            |              | 0,005        | 2,5            | 5,575                    | 0,04          |
| 222,2              | Лук зеленый в суп                 | 1            | 0,025               | 0,005         | 0,04           | 0,3                            |              | 0,005        | 2,5            | 5,575                    | 0,04          |
| 503                | Капуста свежая, тушенная с мясом  | 140          | 13,813              | 4,993         | 7,868          | 131,637                        | 0,121        | 1,428        | 52,136         | 60,06                    | 2,137         |
| 140,1              | Напиток яблочный                  | 150          | 0,1                 | 0,1           | 17,804         | 68,24                          | 0,01         |              | 30,92          | 3,36                     | 0,47          |
| 0,09               | Хлеб ржаной                       | 40           | 2,64                | 0,48          | 13,68          | 70,83                          | 0,07         | 0,03         |                | 14                       | 1,56          |
| 0,01               | Соль                              | 3            |                     |               |                |                                |              |              |                | 11,04                    | 0,087         |
|                    | <b>Итого:</b>                     | <b>552</b>   | <b>24,516</b>       | <b>17,848</b> | <b>52,055</b>  | <b>462,624</b>                 | <b>0,282</b> | <b>1,5</b>   | <b>96,307</b>  | <b>143,008</b>           | <b>5,843</b>  |
| <b>Полдник</b>     |                                   |              |                     |               |                |                                |              |              |                |                          |               |
| 37,1               | Молоко кипячёное                  | 150          | 3,9                 | 4             | 7,1            | 77,8                           | 0,04         | 0,16         | 0,78           | 153,38                   | 0,07          |
|                    | Пирожки сдобные печеные с сердцем | 50           | 7,129               | 4,429         | 15,229         | 129,229                        | 0,047        | 0,071        | 1,8            | 9,586                    | 2,257         |
|                    | <b>Итого:</b>                     | <b>200</b>   | <b>11,029</b>       | <b>8,429</b>  | <b>22,329</b>  | <b>207,029</b>                 | <b>0,087</b> | <b>0,231</b> | <b>2,58</b>    | <b>162,966</b>           | <b>2,327</b>  |
| <b>Ужин</b>        |                                   |              |                     |               |                |                                |              |              |                |                          |               |
| 216,1              | Помидоры свежие порциями          | 41           | 0,451               | 0,082         | 1,558          | 8,774                          | 0,021        | 0,021        | 10,25          | 5,74                     | 0,369         |
| 258,3              | Картофель отварной                | 150          | 3,93                | 3,58          | 25,63          | 150,33                         | 0,158        | 0,133        | 13,19          | 46,26                    | 1,34          |
| 128                | Компот из смеси сухофруктов       | 150          | 1,1                 |               | 33,4           | 131,04                         | 0,01         | 0,06         | 1,87           | 43,42                    | 1,17          |
| 0,1                | Хлеб пшеничный                    | 30           | 2,64                | 0,48          | 13,68          | 70,8                           | 0,07         | 0,03         |                | 14                       | 1,56          |
|                    | <b>Итого:</b>                     | <b>371</b>   | <b>8,121</b>        | <b>4,142</b>  | <b>74,268</b>  | <b>360,944</b>                 | <b>0,259</b> | <b>0,244</b> | <b>25,31</b>   | <b>109,42</b>            | <b>4,439</b>  |
|                    | <b>Итого за день:</b>             | <b>1 518</b> | <b>62,74</b>        | <b>44,273</b> | <b>212,579</b> | <b>1 485,394</b>               | <b>0,787</b> | <b>2,448</b> | <b>249,676</b> | <b>703,864</b>           | <b>15,642</b> |
|                    | <b>Итого среднее за 10 дней:</b>  |              | <b>68,961</b>       | <b>55,471</b> | <b>275,535</b> | <b>1 400,119</b>               | <b>0,886</b> | <b>1,216</b> | <b>143,944</b> | <b>777,225</b>           | <b>14,382</b> |

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