

День: 4
 Неделя: 1
 Сезон: Весна-Лето 2024 ЯСЛИ
 Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

"УТВЕРЖДАЮ"
 МАДОУ города
 Нижневартовска ДС №52
 "Самолётик"
 Базюк С. В.
 М. П. 17 апреля 2024 г.
 Подпись _____

**Ежедневное меню на
 18 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	Са	Fe
Завтрак											
6,1	Каша манная молочная	160	6,4	4,16	27,52	130,71975	0,064	0,16	0,768	158,72	0,341
268	Бутерброды с маслом	5/24,793/10,414	2,45	7,55	14,62	102	0,05	0,03		9,3	0,62
	Кофейный напиток	180	2,76	2,52	20,64	87,3	0,06	0,228	1,56	144,54	0,168
	Итого:	380	11,61	14,23	62,78	320,02	0,174	0,418	2,328	312,56	1,129
Завтрак 2ой											
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	24,0075	0,022	0,015	123,75	12	1,65
	Итого:	75	0,03	0,03	7,35	24,008	0,022	0,015	123,75	12	1,65
Обед											
216,1	Помидоры свежие порциями	30	0,33	0,06	1,14	4,815	0,015	0,015	7,5	4,2	0,27
80,1	Рассольник ленинградский	150	1,26	3,07	9,95	54,3375	0,06	0,04	4,52	15,87	0,58
239,1	Мясо для супа (куры)	11	8,778	8,393	0,105	83,16	0,05		1,243	13,03	0,77
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,18	5,085			0,04	5,4	
222	Зелень в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,225		0,005	2,5	5,575	0,04
222,2	Лук зеленый в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,225		0,005	2,5	5,575	0,04
212,1	Капуста тушённая	120	2,48	3,88	11,31	67,59	0,03	0,04	20,59	66,54	0,97
250,2	Биточки	58	9,377	5,703	5,703	82,65	0,039	0,077	0,087	23,703	0,638
203,1	Напиток брусничный	150	0,1		18,7	53,475			1,12	7,11	0,12
0,09	Хлеб ржаной	38	2,508	0,456	12,996	50,46675	0,067	0,029		13,3	1,482
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	568	25,063	22,172	60,164	402,029	0,26	0,211	40,1	171,342	4,997
Полдник											
37,1	Молоко кипячёное	170	4,42	4,533	8,047	66,12975	0,045	0,181	0,884	173,831	0,079
301	Булочка российская	70	4,96	3,38	45,73	174,825	0,08	0,08	0,05	19,65	0,687
	Итого:	240	9,38	7,913	53,777	240,955	0,125	0,261	0,934	193,481	0,766
Ужин											
180,1	Вареники ленивые	140	17,267	16,637	24,453	238,0875	0,07	0,28	0,233	152,693	0,91
182,1	Соус молочный (сладкий)	50	1	2	7,5	37,5		0,05	0,15	30,85	0,1
128	Компот из смеси сухофруктов	150	1,1		33,4	98,28	0,01	0,06	1,87	43,42	1,17
0,1	Хлеб пшеничный	22	1,936	0,352	10,032	38,94	0,051	0,022		10,267	1,144
	Итого:	362	21,303	18,989	75,385	412,808	0,131	0,412	2,253	237,23	3,324
	Итого за день:	1 625	67,385	63,334	259,456	1 399,819	0,712	1,317	169,365	926,613	11,867
	Итого среднее за 10 дней:		68,961	55,471	275,535	1 400,144	0,886	1,216	143,944	777,225	14,382

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /