

"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 ЯСЛИ
 Возрастная категория: Дети - ясли 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 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 100,1 | Бутерброд с сыром с булкой | 24,716/10 | 4,349 | 5,723 | 12,74 | 119,875 | 0,044 | 0,053 | 0,061 | 85,838 | 0,061 |
| 35,1 | Кофейный напиток | 180 | 2,28 | 1,44 | 12,854 | 69,504 | 0,06 | 0,228 | 1,044 | 214,632 | 0,528 |
| | Итого: | 345 | 21,562 | 16,029 | 44,928 | 401,712 | 0,154 | 0,527 | 1,462 | 448,563 | 1,199 |
| Завтрак 2ой | | | | | | | | | | | |
| 0,44 | Сок фруктовый | 150 | 0,45 | | 20,69 | 80,42 | 0,03 | 0,01 | 3 | 26,99 | 0,6 |
| | Итого: | 150 | 0,45 | | 20,69 | 80,42 | 0,03 | 0,01 | 3 | 26,99 | 0,6 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 216,1 | Помидоры свежие порциями | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 6,42 | 0,015 | 0,015 | 7,5 | 4,2 | 0,27 |
| 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 (куры) | 8 | 6,384 | 6,104 | 0,076 | 80,64 | 0,036 | | 0,904 | 9,476 | 0,56 |
| 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 |
| 139,1 | Напиток из св плодов | 150 | 0,1 | | 15,706 | 59,36 | | | 2,81 | 2,98 | 0,17 |
| 0,09 | Хлеб ржаной | 29 | 1,914 | 0,348 | 9,918 | 51,352 | 0,051 | 0,022 | | 10,15 | 1,131 |
| 0,01 | Соль | 3 | | | | | | | | 11,04 | 0,087 |
| | Итого: | 532 | 24,478 | 15,069 | 44,715 | 408,176 | 0,258 | 1,507 | 73,66 | 135,983 | 5,215 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 37,1 | Молоко кипячёное | 150 | 3,9 | 4 | 7,1 | 77,8 | 0,04 | 0,16 | 0,78 | 153,38 | 0,07 |
| 149,1 | Ватрушка с повидлом | 60 | 4,44 | 1,9 | 42,44 | 186,39 | 0,08 | 0,05 | 0,06 | 15,92 | 1,18 |
| | Итого: | 210 | 8,34 | 5,9 | 49,54 | 264,19 | 0,12 | 0,21 | 0,84 | 169,3 | 1,25 |
| Ужин | | | | | | | | | | | |
| 248 | Сельдь с раст. маслом | 40 | 5,47 | 4,49 | 0,03 | 61,85 | | | | 30,88 | 0,006 |
| 104,1 | Картофельное пюре | 100 | 2,12 | 2,72 | 13,99 | 92,67 | 0,086 | 0,073 | 7,206 | 24,69 | 0,73 |
| 133 | Кисель из шиповника | 150 | 0,02 | | 18,51 | 78,5 | | 0,03 | 26,4 | 6,56 | 1,4 |
| 0,1 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 70,8 | 0,07 | 0,03 | | 14 | 1,56 |
| | Итого: | 320 | 10,25 | 7,69 | 46,21 | 303,82 | 0,156 | 0,133 | 33,606 | 76,13 | 3,696 |
| | Итого за день: | 1 557 | 65,08 | 44,688 | 206,082 | 1 458,318 | 0,717 | 2,387 | 112,568 | 856,966 | 11,961 |
| | Итого среднее за 10 дней: | | 68,961 | 55,471 | 275,535 | 1 400,174 | 0,886 | 1,216 | 143,944 | 777,225 | 14,382 |

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /