

"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. /