

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

"УТВЕРЖДАЮ"
 МАДОУ города
 Нижнеуртовска ДС №52
 "Самолётик"
 Базюк С. В.
 М. П. 26 апреля 2024 г.
 Подпись _____

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		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак											
17,1	Суп молочный с крупой (пшено)	129	3,741	3,535	11,98	82,37682	0,069	0,129	0,585	104,438	0,344
266	Бутерброды с джемом	24,674/5,136/10,356	1,825	2,858	21,004	101,86917	0,036	0,022	0,349	7,636	0,502
34	Чай с молоком	154	1,643	1,643	12,731	62,88099	0,01	0,062	0,37	57,75	0,914
	Итого:	323	7,209	8,035	45,714	247,127	0,115	0,212	1,303	169,825	1,76
Завтрак 2ой											
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	27,8487	0,022	0,015	123,75	12	1,65
	Итого:	75	0,03	0,03	7,35	27,849	0,022	0,015	123,75	12	1,65
Обед											
312,2	Икра кабачковая порционная	40	0,76	3,56	3,08	41,238	0,01	0,02	2,8	16,4	0,28
80,1	Рассольник ленинградский	150	1,26	3,07	9,95	63,0315	0,06	0,04	4,52	15,87	0,58
220,1	Мясо для супа	10	2,6	1,7		22,359	0,005	0,015		3	0,15
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,18	5,8986			0,04	5,4	
222,2	Лук зеленый в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,261		0,005	2,5	5,575	0,04
222	Зелень в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,261		0,005	2,5	5,575	0,04
258,3	Картофель тушённый	110	2,882	2,625	18,795	95,91054	0,116	0,098	9,673	33,924	0,983
116,1	Суфле рыбное	57	9,139	1,739	0,076	45,63933	0,048	0,076	0,399	23,228	0,542
275	Компот из консервированных плодов	150	0,12		23	81,171	0,012	0,024	1,8	6,3	0,33
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	61,6221	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль	3									
	Итого:	568	19,631	13,784	68,841	417,392	0,32	0,313	24,232	140,311	4,591
Полдник											
37,1	Молоко кипячёное	161	4,186	4,293	7,621	72,64935	0,043	0,172	0,837	164,628	0,075
302,1	Сырная палочка	68	8,35	24,902	33,878	342,18144	0,093	0,093	0,15	132,219	0,8
	Итого:	229	12,536	29,195	41,498	414,831	0,136	0,265	0,987	296,847	0,876
Ужин											
311	Томаты консервированные с кожицей, порциями	40	0,4	0,04	1,4	6,96	0,004	0,008	6	4	0,3
204,1	Гречка рассыпчатая	100	6,01	1,56	30,39	125,3409	0,16	0,086		13,03	3,06
230,1	Масло сливочное для подачи к блюдам	5	0,043	3,621	0,064	28,72827		0,007		1,2	0,007
134,1	Кисель из сока	150	0,3		18,618	69,6696	0,01	0,01	7,2	10,61	0,17
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	61,596	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	325	9,393	5,701	64,152	292,295	0,244	0,141	13,2	42,84	5,097
	Итого за день:	1 520	48,799	56,746	227,556	1 399,494	0,838	0,946	163,472	661,823	13,973
	Итого среднее за 10 дней:		68,961	55,471	275,535	1 400,158	0,886	1,216	143,944	777,225	14,382

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /