

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		B1	B2	C	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
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
	<b>Итого:</b>	<b>323</b>	<b>7,209</b>	<b>8,035</b>	<b>45,714</b>	<b>247,127</b>	<b>0,115</b>	<b>0,212</b>	<b>1,303</b>	<b>169,825</b>	<b>1,76</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	27,8487	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>27,849</b>	<b>0,022</b>	<b>0,015</b>	<b>123,75</b>	<b>12</b>	<b>1,65</b>
<b>Обед</b>											
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									
	<b>Итого:</b>	<b>568</b>	<b>19,631</b>	<b>13,784</b>	<b>68,841</b>	<b>417,392</b>	<b>0,32</b>	<b>0,313</b>	<b>24,232</b>	<b>140,311</b>	<b>4,591</b>
<b>Полдник</b>											
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
	<b>Итого:</b>	<b>229</b>	<b>12,536</b>	<b>29,195</b>	<b>41,498</b>	<b>414,831</b>	<b>0,136</b>	<b>0,265</b>	<b>0,987</b>	<b>296,847</b>	<b>0,876</b>
<b>Ужин</b>											
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
	<b>Итого:</b>	<b>325</b>	<b>9,393</b>	<b>5,701</b>	<b>64,152</b>	<b>292,295</b>	<b>0,244</b>	<b>0,141</b>	<b>13,2</b>	<b>42,84</b>	<b>5,097</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 520</b>	<b>48,799</b>	<b>56,746</b>	<b>227,556</b>	<b>1 399,494</b>	<b>0,838</b>	<b>0,946</b>	<b>163,472</b>	<b>661,823</b>	<b>13,973</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>68,961</b>	<b>55,471</b>	<b>275,535</b>	<b>1 400,158</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. /