"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
Подпис

Базюк Светлана Владимировна

Подписан: Базюк Светлана Владимировна
DN: C=RU, OU=Заведующий, O="МАДОУ г.Нижневартовска ДС № 52 ""Самолётик""", CN=Базюк Светлана Владимировна, E=samoletik52@mail.ru
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение: 12345678
Дата: 2025.04.04 14:35:08+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

День: 5
Неделя: 1
Сезон: Весна-Лето 2025 ЯСЛИ
Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

Ежедневное меню на 4 апреля 2025 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
	Завтрак										
271,1	Консервированная кукуруза порциями	40	0,88	0,16	4,48	18,43	0,01	0,02	1,92	2	0,16
15,1	Омлет натуральный	110	11	11,367	2,2	133,54	0,055	0,312	0,165	75,167	1,76
0,25	Батон нарезной	30	2,28	0,27	14,01	58,64	0,048	0,018		6,9	0,57
36	Какао на молоке	150	5,09	5,91	19,31	129,55	0,06	0,24	1,95	182,33	0,68
	Итого:	**330**	**19,25**	**17,707**	**40**	**340,16**	**0,173**	**0,59**	**4,035**	**266,397**	**3,17**
	Завтрак 2ой										
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	28,17	0,022	0,015	123,75	12	1,65
	Итого:	**75**	**0,03**	**0,03**	**7,35**	**28,17**	**0,022**	**0,015**	**123,75**	**12**	**1,65**
	Обед										
70,1	Борщ сибирский	130	1,993	2,167	7,973	52,55	0,035	0,026	4,047	25,775	0,832
220,1	Мясо для супа	10	2,6	1,7		22,62	0,005	0,015		3	0,15
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,18	5,97			0,04	5,4	
222	Зелень в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,53		0,01	5	11,15	0,08
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,53		0,01	5	11,15	0,08
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	62,33	0,07	0,03		14	1,56
104,2	Картофельное пюре	120	2,45	3,84	16,35	96,62	0,11	0,09	14,53	29,58	0,81
283,1	Тефтели из говядины с рисом	85	7,29	14,29	10,37	169,18	0,06	0,06	5,325	19,49	1,53
0,44	Сок фруктовый	130	0,39		17,931	61,33	0,026	0,009	2,6	23,391	0,52
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**528**	**17,643**	**23,097**	**66,645**	**471,65**	**0,306**	**0,25**	**36,542**	**153,976**	**5,649**
	Полдник										
284,1	Снежок	152	4,256	5,168	16,72	115,03	0,046	0,02	1,368	183,92	0,152
340,6	Пирожки простые печеные с картофелем и луком	50	3,129	1,814	20,286	96,80	0,057	0,029	0,343	10,571	0,629
	Итого:	**202**	**7,385**	**6,982**	**37,006**	**211,83**	**0,103**	**0,049**	**1,711**	**194,491**	**0,781**
	Ужин										
40,1	Салат с огурцами и помидорами+	40	0,4	3,1	1	28,95	0,01	0,02	5,67	13,25	0,25
103,1	Макаронные изделия отварные	120	4,41	3,61	21,16	118,59	0,04	0,02		3,89	0,88
128	Компот из смеси сухофруктов	180	1,32		40,08	138,38	0,012	0,072	2,244	52,104	1,404
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	62,30	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	**370**	**8,77**	**7,19**	**75,92**	**348,22**	**0,132**	**0,142**	**7,914**	**83,244**	**4,094**
	Итого за день:	**1 505**	**53,078**	**55,006**	**226,92**	**1 400,04**	**0,735**	**1,045**	**173,952**	**710,108**	**15,344**