"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"

Базюк С. В.

Подпись

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: 2025.04.09 12:17:26+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

День: 3

Неделя: 2

Сезон: Весна-Лето 2025 ЯСЛИ

Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

Ежедневное меню на 9 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										
17,7	Суп молочный с крупой (геркулес)	150	4,44	4,45	13,45	92,71	0,09	0,15	0,68	124,2	0,49
35,1	Кофейный напиток (блюдо)	170	2,153	1,36	12,14	53,64	0,057	0,215	0,986	202,708	0,499
268	Бутерброды с маслом	30,163/10	2,45	7,55	14,62	113,45	0,05	0,03		9,3	0,62
	Итого:	**360**	**9,043**	**13,36**	**40,21**	**259,80**	**0,197**	**0,395**	**1,666**	**336,208**	**1,609**
	Завтрак 2ой										
0,28	Апельсины	75	0,675	0,15	6,075	23,07	0,03	0,002	45	25,5	0,225
	Итого:	**75**	**0,675**	**0,15**	**6,075**	**23,07**	**0,03**	**0,002**	**45**	**25,5**	**0,225**
	Обед										
215,1	Огурцы свежие порциями	30	0,24	0,03	0,75	3,60	0,008	0,015	3	6,9	0,18
96,1	Суп с бобовыми	150	4,99	3,33	11,51	80,41	0,1	0,04	1,08	39,04	1,39
239,1	Мясо для супа (куры)	17	13,566	12,971	0,162	145,66	0,077		1,921	20,137	1,19
222	Зелень в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,51		0,01	5	11,15	0,08
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,51		0,01	5	11,15	0,08
107,1	Рис, припущенный с томатом	120	3,096	2,7	28,08	138,29	0,03	0,02	0,756	5,16	0,51
112,1	Котлеты рыбные	60	11	1,7	6,2	69,96	0,05	0,07	0,75	35,74	0,48
273,4	Напиток лимонный	130	0,295		14,725	51,38	0,003		3,458	3,809	0,088
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	60,21	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**554**	**35,927**	**21,231**	**75,266**	**550,52**	**0,337**	**0,195**	**20,965**	**158,126**	**5,645**
	Полдник										
281	Кефир	149	4,321	3,725	5,96	63,33	0,06	0,258	1,043	178,8	0,149
340,6	Пирожки простые печеные с картофелем и луком	50	3,129	1,814	20,286	93,50	0,057	0,029	0,343	10,571	0,629
	Итого:	**199**	**7,45**	**5,539**	**26,246**	**156,83**	**0,117**	**0,287**	**1,386**	**189,371**	**0,778**
	Ужин										
247,3	Винегрет овощной	120	1,77	10,74	8,61	117,50	0,06	0,03	4,8	22,56	0,81
15,1	Омлет натуральный	110	11	11,367	2,2	130,90	0,055	0,312	0,165	75,167	1,76
123,1	Компот из свежих плодов	150	0,6	0,4	30,004	101,27	0,01	0,01	49,5	5,16	0,71
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	60,18	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	**410**	**16,01**	**22,987**	**54,494**	**409,85**	**0,195**	**0,382**	**54,465**	**116,887**	**4,84**
	Итого за день:	**1 598**	**69,105**	**63,267**	**202,291**	**1 400,06**	**0,876**	**1,261**	**123,482**	**826,092**	**13,096**