

"УТВЕРЖДАЮ"
 МАДОУ города
 Нижневартовска ДС №52
 "Самолётник"
 Базюк С. В.
 М. П. 21 августа 2024 г.
 Подпись _____

День: 4
 Неделя: 2
 Сезон: Лето-Осень 2024 ЯСЛИ
 Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

**Ежедневное меню на
 22 августа 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	156,80638	0,05	0,217	0,267	129,583	0,55
182,1	Соус молочный (сладкий)	30	0,6	1,2	4,5	25,8		0,03	0,09	18,51	0,06
268	Бутерброды с маслом	40	2,45	7,55	14,62	116,96	0,05	0,03		9,3	0,62
	Кофейный напиток	150	2,3	2,1	17,2	83,42	0,05	0,19	1,3	120,45	0,14
	Итого:	320	19,683	18,517	51,153	382,987	0,15	0,467	1,657	277,843	1,37
Завтрак 2ой											
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	27,5286	0,022	0,015	123,75	12	1,65
	Итого:	75	0,03	0,03	7,35	27,529	0,022	0,015	123,75	12	1,65
Обед											
215,1	Огурцы свежие порциями	40	0,32	0,04	1	4,8504	0,01	0,02	4	9,2	0,24
96,1	Суп с бобовыми	150	4,99	3,33	11,51	81,356	0,1	0,04	1,08	39,04	1,39
220,1	Мясо для супа	10	2,6	1,7		22,102	0,005	0,015		3	0,15
222	Зелень в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,516		0,01	5	11,15	0,08
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,516		0,01	5	11,15	0,08
204,1	Гречка рассыпчатая	100	6,01	1,56	30,39	123,9002	0,16	0,086		13,03	3,06
250,3	Шницели	60	9,7	5,9	5,9	98,04	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66
314,1	Соус томатный	20	0,51	1,35	2,34	20,64	0,006	0,006	0,84	6	0,21
128	Компот из смеси сухофруктов	130	0,953		28,947	97,66848	0,009	0,052	1,621	37,631	1,014
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	60,9138	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	557	27,823	14,38	93,927	510,503	0,4	0,349	17,631	179,761	8,531
Полдник											
37,1	Молоко кипячёное	150	3,9	4	7,1	66,908	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
149,1	Ватрушка с повидлом	60	4,44	1,9	42,44	160,2954	0,08	0,05	0,06	15,92	1,18
	Итого:	210	8,34	5,9	49,54	227,203	0,12	0,21	0,84	169,3	1,25
Ужин											
216,1	Помидоры свежие порциями	40	0,44	0,08	1,52	7,3616	0,02	0,02	10	5,6	0,36
258,3	Картофель отварной	150	3,93	3,58	25,63	129,2838	0,158	0,133	13,19	46,26	1,34
139,1	Напиток из свежих фруктов	150	0,1		15,706	51,0496			2,81	2,98	0,17
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	60,888	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	370	7,11	4,14	56,536	248,583	0,248	0,183	26	68,84	3,43
	Итого за день:	1 532	62,987	42,967	258,506	1 396,805	0,94	1,224	169,877	707,744	16,231
	Итого среднее за 10 дней:		61,22	49,163	217,42	1 400,184	0,796	2,349	171,418	742,613	14,606

Шеф-повар: _____ /Нурадилова Н. Б./

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /