

"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
<b>Завтрак</b>											
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
	<b>Итого:</b>	<b>320</b>	<b>19,683</b>	<b>18,517</b>	<b>51,153</b>	<b>382,987</b>	<b>0,15</b>	<b>0,467</b>	<b>1,657</b>	<b>277,843</b>	<b>1,37</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	27,5286	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>27,529</b>	<b>0,022</b>	<b>0,015</b>	<b>123,75</b>	<b>12</b>	<b>1,65</b>
<b>Обед</b>											
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
	<b>Итого:</b>	<b>557</b>	<b>27,823</b>	<b>14,38</b>	<b>93,927</b>	<b>510,503</b>	<b>0,4</b>	<b>0,349</b>	<b>17,631</b>	<b>179,761</b>	<b>8,531</b>
<b>Полдник</b>											
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
	<b>Итого:</b>	<b>210</b>	<b>8,34</b>	<b>5,9</b>	<b>49,54</b>	<b>227,203</b>	<b>0,12</b>	<b>0,21</b>	<b>0,84</b>	<b>169,3</b>	<b>1,25</b>
<b>Ужин</b>											
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
	<b>Итого:</b>	<b>370</b>	<b>7,11</b>	<b>4,14</b>	<b>56,536</b>	<b>248,583</b>	<b>0,248</b>	<b>0,183</b>	<b>26</b>	<b>68,84</b>	<b>3,43</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 532</b>	<b>62,987</b>	<b>42,967</b>	<b>258,506</b>	<b>1 396,805</b>	<b>0,94</b>	<b>1,224</b>	<b>169,877</b>	<b>707,744</b>	<b>16,231</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>61,22</b>	<b>49,163</b>	<b>217,42</b>	<b>1 400,184</b>	<b>0,796</b>	<b>2,349</b>	<b>171,418</b>	<b>742,613</b>	<b>14,606</b>

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ /Нурадилова Н. Б./

Мед сестра: \_\_\_\_\_ / Несговорова О. В. /