

"УТВЕРЖДАЮ"  
 МАДОУ города  
 Нижневартовска ДС №52  
 "Самолётник"  
 Базук С. В.  
 М. П. 28 августа 2024 г.  
 Подпись \_\_\_\_\_

День: 4  
 Неделя: 1  
 Сезон: Лето-Осень 2024 ЯСЛИ  
 Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

**Ежедневное меню на  
 29 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>											
6,1	Каша манная молочная	150	6	3,9	25,8	141,409	0,06	0,15	0,72	148,8	0,32
268	Бутерброды с маслом	40	2,45	7,55	14,62	117,297	0,05	0,03		9,3	0,62
	Кофейный напиток	150	2,3	2,1	17,2	82,977	0,05	0,19	1,3	120,45	0,14
	<b>Итого:</b>	<b>340</b>	<b>10,75</b>	<b>13,55</b>	<b>57,62</b>	<b>341,683</b>	<b>0,16</b>	<b>0,37</b>	<b>2,02</b>	<b>278,55</b>	<b>1,08</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,32	Нектарин	80	0,848	0,256	7,08	30,976	0,027	0,022	4,32	4,8	0,224
	<b>Итого:</b>	<b>80</b>	<b>0,848</b>	<b>0,256</b>	<b>7,08</b>	<b>30,976</b>	<b>0,027</b>	<b>0,022</b>	<b>4,32</b>	<b>4,8</b>	<b>0,224</b>
<b>Обед</b>											
40,1	Салат с огурцами и помидорами	40	0,4	3,1	1	28,952	0,01	0,02	5,67	13,25	0,25
80,1	Рассольник ленинградский	150	1,26	3,07	9,95	63,756	0,06	0,04	4,52	15,87	0,58
220,1	Мясо для супа	10	2,6	1,7		22,616	0,005	0,015		3	0,15
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,18	5,966			0,04	5,4	
222	Зелень в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,264		0,005	2,5	5,575	0,04
222,2	Лук зеленый в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,264		0,005	2,5	5,575	0,04
228,1	Перец, фаршированный мясом и рисом	135	9,24	5,6	9,28	109,12	0,06	0,51	71,6	15,3	1
183	Соус сметанный	25	0,4	0,5	1,4	10,648		0,01	0,01	5,52	0,04
140,1	Напиток яблочный	130	0,087	0,087	15,43	52,044	0,009		26,797	2,912	0,407
0,09	Хлеб ржаной	41	2,706	0,492	14,022	63,889	0,072	0,031		14,35	1,599
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	<b>Итого:</b>	<b>542</b>	<b>16,923</b>	<b>15,159</b>	<b>51,342</b>	<b>357,519</b>	<b>0,215</b>	<b>0,636</b>	<b>113,637</b>	<b>97,792</b>	<b>4,193</b>
<b>Полдник</b>											
37,1	Молоко кипячёное	170	4,42	4,533	8,047	77,593	0,045	0,181	0,884	173,831	0,079
340,8	Пирожки простые печеные с яблоками	60	3,429	1,474	28,509	123,703	0,069	0,034	0,206	12,171	0,977
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>7,849</b>	<b>6,008</b>	<b>36,555</b>	<b>201,295</b>	<b>0,114</b>	<b>0,216</b>	<b>1,09</b>	<b>186,002</b>	<b>1,056</b>
<b>Ужин</b>											
180,1	Вареники ленивые	140	17,267	16,637	24,453	279,356	0,07	0,28	0,233	152,693	0,91
182,1	Соус молочный (сладкий)	50	1	2	7,5	44		0,05	0,15	30,85	0,1
133	Кисель из шиповника	180	0,024		22,212	82,896		0,036	31,68	7,872	1,68
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	62,304	0,07	0,03		14	1,56
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>20,931</b>	<b>19,117</b>	<b>67,845</b>	<b>468,556</b>	<b>0,14</b>	<b>0,396</b>	<b>32,063</b>	<b>205,415</b>	<b>4,25</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 592</b>	<b>57,3</b>	<b>54,089</b>	<b>220,443</b>	<b>1 400,03</b>	<b>0,657</b>	<b>1,639</b>	<b>153,13</b>	<b>772,559</b>	<b>10,804</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>61,22</b>	<b>49,163</b>	<b>217,42</b>	<b>1 400,169</b>	<b>0,796</b>	<b>2,349</b>	<b>171,418</b>	<b>742,613</b>	<b>14,606</b>

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