

"УТВЕРЖДАЮ"

МАДОУ города  
Нижневартовска ДС №52  
"Самолёттик"

Базюк С. В.

М. П. 25 декабря 2023 г.

Подпись \_\_\_\_\_

День: 2  
Неделя: 1  
Сезон: Осень-зима 2023 ЯСЛИ Корпус 2  
Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

**Ежедневное меню на  
26 декабря 2023 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	110	15,767	8,433	16,317	164,46494	0,055	0,238	0,293	142,542	0,605
184,1	Соус абрикосовый	40	0,32		26,4	82,9184		0,016	0,08	7,44	0,208
36	Какао на молоке	150	5,09	5,91	19,31	120,7122	0,06	0,24	1,95	182,33	0,68
0,25	Батон нарезной	41	3,116	0,369	19,147	77,203	0,066	0,025		9,43	0,779
	<b>Итого:</b>	<b>341</b>	<b>24,293</b>	<b>14,712</b>	<b>81,174</b>	<b>445,298</b>	<b>0,181</b>	<b>0,519</b>	<b>2,323</b>	<b>341,742</b>	<b>2,272</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	26,2482	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>26,248</b>	<b>0,022</b>	<b>0,015</b>	<b>123,75</b>	<b>12</b>	<b>1,65</b>
<b>Обед</b>											
311,1	Томаты консервированные порциями	40	0,44	0,04	1,4	6,3304		0,01	6	4	0,32
80,1	Рассольник ленинградский	150	1,26	3,07	9,95	59,409	0,06	0,04	4,52	15,87	0,58
220,1	Мясо для супа	10	2,6	1,7		21,074	0,005	0,015		3	0,15
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,18	5,5596			0,04	5,4	
222	Зелень в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,492		0,01	5	11,15	0,08
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,492		0,01	5	11,15	0,08
	Оладьи из печени	60									
104,2	Картофельное пюре	100	2,042	3,2	13,625	75,03	0,092	0,075	12,108	24,65	0,675
183	Соус сметанный	30	0,48	0,6	1,68	11,9064		0,012	0,012	6,624	0,048
139,1	Напиток из св	150	0,1		15,706	48,6752			2,81	2,98	0,17
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	58,0806	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	<b>Итого:</b>	<b>593</b>	<b>9,842</b>	<b>9,71</b>	<b>56,381</b>	<b>287,049</b>	<b>0,227</b>	<b>0,202</b>	<b>35,49</b>	<b>109,864</b>	<b>3,75</b>
<b>Полдник</b>											
37,1	Молоко кипячёное	150	3,9	4	7,1	63,796	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
149,1	Ватрушка с	60	4,44	1,9	42,44	152,8398	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>216,636</b>	<b>0,12</b>	<b>0,21</b>	<b>0,84</b>	<b>169,3</b>	<b>1,25</b>
<b>Ужин</b>											
191,1	Пудинг из моркови и яблок	180	7,8	6,9	34,9	168,182	0,14	0,25	26,95	182,45	2,34
182,3	Соус сладкий	30	2,16	2,55	16,65	80,688	0,053	0,114	0,3	92,1	0,06
128	Компот из смеси сухофруктов	160	1,173		35,627	114,61632	0,011	0,064	1,995	46,315	1,248
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	58,056	0,07	0,03		14	1,56
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>13,773</b>	<b>9,93</b>	<b>100,857</b>	<b>421,542</b>	<b>0,273</b>	<b>0,458</b>	<b>29,245</b>	<b>334,865</b>	<b>5,208</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 619</b>	<b>56,278</b>	<b>40,282</b>	<b>295,301</b>	<b>1 396,774</b>	<b>0,823</b>	<b>1,404</b>	<b>191,648</b>	<b>967,77</b>	<b>14,13</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>59,932</b>	<b>51,281</b>	<b>225,132</b>	<b>1 400,177</b>	<b>0,798</b>	<b>2,6</b>	<b>161,303</b>	<b>739,412</b>	<b>13,689</b>

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