

"УТВЕРЖДАЮ"

МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётник"

Базюк С. В.

М. П. 26 февраля 2025 г.

Подпись _____

День: 4
Неделя: 2
Сезон: Зима-весна 2025 САД
Возрастная категория: Дети сад корпус 2

**Ежедневное меню на
27 февраля 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 | | | | | | | | | | | |
| 150,1 | Суфле творожное | 120 | 21,45 | 11,4 | 22,35 | 248,98 | 0,06 | 0,27 | 0,33 | 155,505 | 0,66 |
| 182,1 | Соус молочный (сладкий) | 40 | 0,8 | 1,6 | 6 | 36,40 | | 0,04 | 0,12 | 24,68 | 0,08 |
| 0,25 | Батон нарезной | 40 | 3,8 | 0,45 | 23,35 | 104,50 | 0,08 | 0,03 | | 11,5 | 0,95 |
| 34,1 | Чай с лимоном | 200 | 0,22 | 0,1 | 14,58 | 53,69 | 0,003 | 0,003 | 2,9 | 8,2 | 0,907 |
| | Итого: | 400 | 26,27 | 13,55 | 66,28 | 443,56 | 0,143 | 0,343 | 3,35 | 199,885 | 2,597 |
| Завтрак 2ой | | | | | | | | | | | |
| 0,28 | Апельсины | 85 | 0,765 | 0,17 | 6,885 | 27,99 | 0,034 | 0,026 | 51 | 28,9 | 0,255 |
| | Итого: | 85 | 0,765 | 0,17 | 6,885 | 27,99 | 0,034 | 0,026 | 51 | 28,9 | 0,255 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 60,1 | Икра свекольная | 60 | 1,41 | 2,76 | 7,4 | 54,65 | 0,02 | 0,02 | 4,03 | 22,94 | 1,06 |
| 89,1 | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 200 | 2,375 | 2,75 | 17,5 | 98,51 | | | | | |
| 90,2 | Фрикадельки рыбные (кета) | 25 | 4,51 | 0,33 | 0,52 | 20,70 | 0,02 | 0,03 | 0,46 | 12,31 | 0,26 |
| 222 | Зелень в суп | 2 | 0,052 | 0,012 | 0,08 | 0,55 | | 0,004 | 2 | 4,46 | 0,032 |
| 222,2 | Лук зеленый в суп | 2 | 0,052 | 0,012 | 0,08 | 0,55 | | 0,004 | 2 | 4,46 | 0,032 |
| 204,1 | Гречка рассыпчатая | 130 | 7,817 | 2,028 | 39,511 | 170,44 | 0,208 | 0,113 | | 16,943 | 3,978 |
| 250,2 | Биточки | 80 | 12,9 | 7,8 | 7,8 | 138,32 | 0,05 | 0,1 | 0,112 | 30,65 | 0,825 |
| 314,1 | Соус томатный | 30 | 1,02 | 2,7 | 4,68 | 43,68 | 0,012 | 0,012 | 1,68 | 12 | 0,42 |
| 123,1 | Компот из свежих плодов | 200 | 0,7 | 0,6 | 39,306 | 141,83 | 0,01 | 0,01 | 66 | 6,88 | 0,95 |
| 0,09 | Хлеб ржаной | 49 | 3,234 | 0,588 | 16,758 | 78,93 | 0,088 | 0,039 | | 17,15 | 1,911 |
| 0,01 | Соль | 5 | | | | | | | | 18,4 | 0,145 |
| | Итого: | 783 | 34,07 | 19,58 | 133,635 | 748,16 | 0,408 | 0,332 | 76,282 | 146,193 | 9,613 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 37,1 | Молоко кипяченое | 180 | 4,59 | 4,77 | 8,46 | 84,68 | 0,045 | 0,144 | 0,936 | 198,36 | 0,09 |
| 0,4 | Пряники | 51 | 1,714 | 2,708 | 17,075 | 90,68 | 0,017 | 0,012 | | 6,65 | 0,481 |
| | Итого: | 231 | 6,304 | 7,478 | 25,535 | 175,36 | 0,062 | 0,156 | 0,936 | 205,01 | 0,571 |
| Ужин | | | | | | | | | | | |
| 40,1 | Салат с огурцами и помидорами+картофель | 50 | 0,5 | 3,833 | 1,25 | 37,39 | 0,017 | 0,025 | 7,083 | 16,558 | 0,308 |
| 258,3 | Картофель отварной | 150 | 3,93 | 3,57 | 25,62 | 136,79 | 0,158 | 0,133 | 13,185 | 46,26 | 1,335 |
| 123,3 | Напиток из замороженных плодов (ягод) | 200 | 0,7 | 0,6 | 34,316 | 123,72 | 0,01 | 0,01 | 66 | 6,88 | 0,95 |
| 0,1 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,8 | 0,45 | 23,34 | 104,47 | 0,08 | 0,03 | | 11,5 | 0,95 |
| | Итого: | 440 | 8,93 | 8,453 | 84,526 | 402,37 | 0,265 | 0,198 | 86,268 | 81,198 | 3,543 |
| | Итого за день: | 1 939 | 76,339 | 49,231 | 316,861 | 1 797,44 | 0,912 | 1,054 | 217,836 | 661,187 | 16,58 |
| | Итого среднее за 10 дней: | | 73,209 | 62,508 | 290,08 | 1 800,18 | 0,986 | 1,528 | 258,219 | 912,334 | 17,271 |

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /