

"УТВЕРЖДАЮ"

МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"

Базюк С. В.

М. П. 18 июля 2024 г.

Подпись _____

День: 5
Неделя: 1
Сезон: Лето-Осень 2024 САД
Возрастная категория: Дети сад корпус 2

**Ежедневное меню на
19 июля 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 | | | | | | | | | | | |
| 17,7 | Суп молочный с крупой (геркулес) | 200 | 5,92 | 5,93 | 17,93 | 148,8 | 0,12 | 0,21 | 0,91 | 165,6 | 0,66 |
| 266 | Бутерброды с джемом | 25,376/5,04/16,364 | 2,054 | 3,215 | 23,629 | 131,727 | 0,041 | 0,025 | 0,393 | 8,591 | 0,565 |
| 36,2 | Какао на молоке | 1 000 | 4,61 | 4,14 | 18,386 | 129,21 | 0,08 | | 2,6 | 240,45 | 0,25 |
| | Итого: | 1 245 | 12,584 | 13,285 | 59,945 | 409,737 | 0,241 | 0,235 | 3,903 | 414,641 | 1,475 |
| Завтрак 2ой | | | | | | | | | | | |
| 0,32 | Нектарин | 75 | 0,795 | 0,24 | 6,638 | 33 | 0,026 | 0,02 | 4,05 | 4,5 | 0,21 |
| | Итого: | 75 | 0,795 | 0,24 | 6,638 | 33 | 0,026 | 0,02 | 4,05 | 4,5 | 0,21 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 58 | Икра кабачковая+ | 60 | 1,4 | 4,6 | 7,4 | 66,8 | 0,04 | 0,04 | 10,7 | 26,49 | 0,73 |
| 70,1 | Борщ сибирский | 200 | 2,304 | 3,304 | 12,304 | 92 | 0,053 | 0,04 | 6,226 | 39,653 | 1,28 |
| 220,1 | Мясо для супа | 15 | 3,9 | 2,52 | | 38,1 | 0,008 | 0,024 | | 4,5 | 0,24 |
| 0,13 | Сметана в суп | 8 | 0,24 | 0,8 | 0,22 | 9,04 | | 0,02 | 0,05 | 7,2 | 0,02 |
| 222,2 | Лук зеленый в суп | 1 | 0,026 | 0,006 | 0,04 | 0,3 | | 0,002 | 1 | 2,23 | 0,016 |
| 222 | Зелень в суп | 1 | 0,026 | 0,006 | 0,04 | 0,3 | | 0,002 | 1 | 2,23 | 0,016 |
| 104,2 | Картофельное пюре | 130 | 2,652 | 4,16 | 17,715 | 118,95 | 0,121 | 0,095 | 15,739 | 32,049 | 0,875 |
| | Оладьи из печени | 70 | | | | | | | | | |
| 183 | Соус сметанный | 30 | 0,46 | 0,62 | 1,7 | 14,56 | 0,01 | 0,01 | 0,01 | 6,62 | 0,05 |
| 128 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,5 | | 44,206 | 173,46 | 0,02 | 0,08 | 2,5 | 57,9 | 1,56 |
| 0,09 | Хлеб ржаной | 49 | 3,234 | 0,588 | 16,758 | 86,74 | 0,088 | 0,039 | | 17,15 | 1,911 |
| 0,01 | Соль | 5 | | | | | | | | 18,4 | 0,145 |
| | Итого: | 769 | 15,742 | 16,604 | 100,383 | 600,25 | 0,34 | 0,353 | 37,225 | 214,422 | 6,843 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 284,1 | Снежок | 200 | 5,6 | 6,8 | 22 | 172 | 0,06 | 0,03 | 1,8 | 242 | 0,2 |
| 0,4 | Пряники | 50 | 1,68 | 2,655 | 16,74 | 97,69 | 0,017 | 0,012 | | 6,52 | 0,472 |
| | Итого: | 250 | 7,28 | 9,455 | 38,74 | 269,69 | 0,077 | 0,042 | 1,8 | 248,52 | 0,672 |
| Ужин | | | | | | | | | | | |
| 310,1 | Зеленый горошек консервированный | 40 | 1,24 | 0,08 | 2,6 | 16,08 | 0,047 | 0,02 | 4 | 8 | 0,28 |
| 15,1 | Омлет натуральный | 110 | 11 | 11,275 | 2,2 | 153,725 | 0,055 | 0,303 | 0,165 | 75,02 | 1,76 |
| 139,1 | Напиток из св. плодов | 180 | 0,09 | | 18,817 | 71,289 | 0,009 | 0,009 | 3,375 | 3,582 | 0,198 |
| 0,1 | Хлеб пшеничный | 39 | 3,705 | 0,439 | 22,757 | 111,93 | 0,078 | 0,029 | | 11,213 | 0,926 |
| | Итого: | 369 | 16,035 | 11,794 | 46,374 | 353,024 | 0,189 | 0,361 | 7,54 | 97,815 | 3,164 |
| | Итого за день: | 2 708 | 52,436 | 51,378 | 252,079 | 1 665,701 | 0,872 | 1,01 | 54,518 | 979,898 | 12,364 |
| | Итого среднее за 10 дней: | | 79,911 | 66,005 | 287,251 | 1 800,184 | 1,035 | 3,023 | 223,685 | 925,745 | 18,38 |

И.О.повар: _____/Евдокимова Е. Г./

Мед сестра: _____/Амирова Л. Г./