

"УТВЕРЖДАЮ"

МАДОУ города  
Нижевартовска ДС №52  
"Самолётик"

Базук С. В.

М. П. 24 июля 2024 г.

Подпись \_\_\_\_\_

День: 4  
Неделя: 2  
Сезон: Лето-Осень 2024 САД  
Возрастная категория: Дети сад корпус 2

**Ежедневное меню на  
25 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
<b>Завтрак</b>											
150,1	Суфле творожное	120	21,45	11,4	22,35	273,6	0,06	0,27	0,33	155,505	0,66
182,1	Соус молочный (сладкий)	40	0,8	1,6	6	40		0,04	0,12	24,68	0,08
0,25	Батон нарезной	40	3,8	0,45	23,35	114,83	0,08	0,03		11,5	0,95
35,1	Кофейный напиток	180	2,25	1,44	12,884	69,534	0,054	0,225	1,035	36,774	0,531
	<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>28,3</b>	<b>14,89</b>	<b>64,584</b>	<b>497,964</b>	<b>0,194</b>	<b>0,565</b>	<b>1,485</b>	<b>228,459</b>	<b>2,221</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	32,01	0,023	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>32,01</b>	<b>0,023</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	5,64	0,013	0,013	4	9,2	0,24
80,1	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	96,3	0,08	0,05	6,03	21,16	0,78
239,1	мясо для супа (курица)	8	3,83	3,664	0,045	48,384	0,021		0,542	5,686	0,336
0,13	Сметана в суп	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
222	Зелень в суп	1	0,026	0,006	0,04	0,3		0,002	1	2,23	0,016
222,2	Лук зеленый в суп	1	0,026	0,006	0,04	0,3		0,002	1	2,23	0,016
204,1	Гречка рассыпчатая	130	7,817	2,028	39,511	187,295	0,208	0,113		16,943	3,978
250,3	Шницели	80	12,9	7,8	7,8	152	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
314,1	Соус томатный	30	1,02	2,7	4,68	48	0,012	0,012	1,68	12	0,42
139,1	напиток из св. плодов	200	0,1		20,908	79,21	0,01	0,01	3,75	3,98	0,22
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
	<b>Итого:</b>	<b>752</b>	<b>31,194</b>	<b>21,722</b>	<b>104,272</b>	<b>713,209</b>	<b>0,483</b>	<b>0,361</b>	<b>18,164</b>	<b>146,83</b>	<b>8,907</b>
<b>Полдник</b>											
37,1	Молоко кипяченое	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
341,9	Пирожки сдобные печеные с курагой	60	3,96	3,79	30,87	173	0,06	0,05	0,05	25,2	0,91
	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>9,06</b>	<b>9,09</b>	<b>40,27</b>	<b>276,4</b>	<b>0,11</b>	<b>0,21</b>	<b>1,09</b>	<b>245,6</b>	<b>1,01</b>
<b>Ужин</b>											
216,1	Помидоры свежие порциями	40	0,44	0,08	1,52	8,56	0,027	0,013	10	5,6	0,36
258,3	Картофель варенный	180	4,716	4,284	30,744	180,387	0,19	0,159	15,822	55,512	1,602
0,44	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	24,84	96,552	0,036	0,018	3,6	36	0,72
0,1	Хлеб пшеничный	41	3,895	0,461	23,924	117,67	0,082	0,031		11,788	0,974
	<b>Итого:</b>	<b>441</b>	<b>9,951</b>	<b>5,005</b>	<b>81,028</b>	<b>403,169</b>	<b>0,335</b>	<b>0,221</b>	<b>29,422</b>	<b>108,9</b>	<b>3,656</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 908</b>	<b>78,535</b>	<b>50,737</b>	<b>297,504</b>	<b>1 922,752</b>	<b>1,144</b>	<b>1,373</b>	<b>173,911</b>	<b>741,788</b>	<b>17,444</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>79,911</b>	<b>66,005</b>	<b>287,251</b>	<b>1 800,189</b>	<b>1,035</b>	<b>3,023</b>	<b>223,685</b>	<b>925,745</b>	<b>18,38</b>

И.О.повар: \_\_\_\_\_ /Евдокимова Е. Г./

Мед сестра: \_\_\_\_\_ /Амирова Л. Г./