

"УТВЕРЖДАЮ"
 МАДОУ города
 Нижневартовска ДС №52
 "Самолётик"
 Федотова Г. Н.
 М. П. 12 июня 2024 г.
 Подпись _____

День: 4
 Неделя: 1
 Сезон: Весна-Лето 2024 САД
 Возрастная категория: Дети сад корпус 2

**Ежедневное меню на
 13 июня 2024 г.**

№ рецепт уры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетиче ская ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углевод ы		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак											
6,1	Каша манная молочная	180	7,11	4,68	30,96	196,02	0,072	0,189	0,864	178,56	0,387
268	Бутерброды с маслом	10/30,468	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62
	Чай с молоком	200	3,1	2,8	22,9	129,3	0,06	0,25	1,73	160,6	0,19
	Итого:	420	12,66	15,03	68,48	461,32	0,182	0,469	2,594	348,46	1,197
Завтрак 2ой											
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	32,01	0,023	0,015	123,75	12	1,65
	Итого:	75	0,03	0,03	7,35	32,01	0,023	0,015	123,75	12	1,65
Обед											
311,1	Томаты консервированные порциями	40	0,44	0,04	1,4	7,72	0,007	0,007	6	4	0,32
253,2	Суп картофельный с клецками	200	1,4	3,904	8,096	72	0,026	0,026	7,08	32,344	0,826
300,2	Клецки	25	0,98	0,81	4,79	30,4	0,018	0,015		3,33	0,21
222	Зелень в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,46	0,032
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,6		0,004	2	4,46	0,032
260	Плов из птицы	210	20,3	17	35,69	377	0,06	0,12	1,01	47,5	2,19
140,1	Напиток яблочный	180	0,09	0,09	21,065	80,784	0,009	0,009	37,125	4,356	0,558
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:	713	26,548	22,456	87,959	655,844	0,208	0,224	55,215	136	6,224
Полдник											
37,1	Молоко кипячёное	210	5,355	5,565	9,87	108,57	0,053	0,168	1,092	231,42	0,105
	печенье	40	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472
	Итого:	250	7,035	8,22	26,61	206,26	0,07	0,18	1,092	237,94	0,577
Ужин											
180,1	Вареники ленивые	150	18,5	17,83	26,2	340,125	0,075	0,3	0,25	163,6	0,975
182,1	Соус молочный (сладкий)	50	1	2	7,5	50		0,05	0,15	30,85	0,1
33	Чай с сахаром	210	0,21		0,042	51,45		0,011	0,105	4,62	0,903
0,1	Хлеб пшеничный	43	4,085	0,484	25,091	123,41	0,086	0,032		12,363	1,021
	Итого:	453	23,795	20,314	58,833	564,985	0,161	0,393	0,505	211,433	2,999
	Итого за день:	1 911	70,068	66,05	249,232	1 920,419	0,643	1,281	183,156	945,832	12,647
	Итого среднее за 10 дней:		84,601	67,358	340,434	1 800,148	1,097	1,59	190,597	942,147	17,343

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /