

"УТВЕРЖДАЮ"
 МАДОУ города
 Нижневартовска ДС №52
 "Самолётник"
 Федотова Г. Н.
 М. П. 17 июня 2024 г.
 Подпись _____

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

**Ежедневное меню на
 18 июня 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											
5,1	каша геркулес	200	8,1	6,8	29,2	187,434	0,16	0,22	0,96	207,74	1,18
1	Масло в кашу	7	0,056	5,082	0,084	41,15538		0,014		1,68	0,014
266	Бутерброды с джемом	29,323/10	1,825	2,858	21,004	104,21099	0,036	0,022	0,349	7,636	0,502
34	Чай с молоком	200	1,9	1,9	14,8	74,671	0,02	0,08	0,48	75	1,19
	Итого:	447	11,881	16,64	65,088	407,471	0,216	0,336	1,789	292,056	2,886
Завтрак 2ой											
0,44	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	20,7	71,6094	0,03	0,015	3	30	0,6
	Итого:	150	0,75	0,15	20,7	71,609	0,03	0,015	3	30	0,6
Обед											
58	Икра кабачковая	60	1,4	4,6	7,4	59,452	0,04	0,04	10,7	26,49	0,73
70,1	Борщ сибирский	200	2,304	3,304	12,304	81,88	0,053	0,04	6,226	39,653	1,28
0,13	Сметана в суп	8	0,24	0,8	0,22	8,0456		0,02	0,05	7,2	0,02
222	Зелень в суп	1	0,026	0,006	0,04	0,267		0,002	1	2,23	0,016
222,2	Лук зеленый в суп	1	0,026	0,006	0,04	0,267		0,002	1	2,23	0,016
204,1	Гречка рассыпчатая	150	9,02	2,34	45,59	192,3379	0,24	0,13		19,55	4,59
250,1	Котлеты	60	9,675	5,85	5,85	101,46	0,038	0,075	0,084	22,988	0,619
139,1	паштет из св. печени	180	0,09		18,817	63,44721	0,009	0,009	3,375	3,582	0,198
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	63,01912	0,072	0,032		14	1,56
0,01	Соль	5								18,4	0,145
	Итого:	705	25,421	17,386	103,941	570,176	0,451	0,35	22,435	156,322	9,174
Полдник											
37,1	Молоко кипячёное	180	4,59	4,77	8,46	82,8234	0,045	0,144	0,936	198,36	0,09
303	Шанежка с картофелем	70	7,01	7,61	40,33	229,4865	0,086	0,086	4,735	139,013	0,859
	Итого:	250	11,6	12,38	48,79	312,31	0,131	0,23	5,671	337,373	0,949
Ужин											
16,1	Сырники из творога	150	11,1	5,3	13,9	126,825	0,09	0,36	0,33	214,79	1,05
182,1	Соус молочный сладкий	50	1	2	7,5	44,5		0,05	0,15	30,85	0,1
128	Компот из смеси сухофруктов	210	1,575		46,416	162,09837	0,021	0,084	2,625	60,795	1,638
0,1	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,45	23,34	102,172	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	450	17,475	7,75	91,156	435,595	0,191	0,524	3,105	317,935	3,738
	Итого за день:	2 002	67,127	54,306	329,675	1 797,162	1,02	1,455	36	1 133,687	17,347
	Итого среднее за 10 дней:		84,601	67,358	340,434	1 800,169	1,097	1,59	190,597	942,147	17,343

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /