"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
М.П.
2025 г.

Базюк Светлана Владимировна

Подписан: Базюк Светлана Владимировна
DN: C=RU, OU=Заведующий, O="МАДОУ г. Нижневартовска ДС № 52 ""Самолётик""", CN=Базюк Светлана Владимировна, E=samoletik52@mail.ru
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение: 12345678
Дата: 2025.06.04 13:18:31+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

День: 1
Неделя: 2
Сезон: Весна-Лето 2025 САД
Возрастная категория: Дети сад корпус 2

Ежедневное меню на 2 июня 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										
17,1	Суп молочный с крупой (пшено)	200	5,8	5,48	18,57	146,80	0,11	0,2	0,91	161,92	0,54
266,1	Бутерброды с повидлом	15/29,801	2,037	3,215	22,549	127,64	0,041	0,025	0,082	8,918	0,712
36	Какао на молоке	180	6,111	7,092	23,166	176,61	0,081	0,288	2,34	218,745	0,81
	Итого:	**425**	**13,948**	**15,787**	**64,285**	**451,04**	**0,232**	**0,513**	**3,332**	**389,583**	**2,062**
	Завтрак 2ой										
0,29	Яблоко	85	0,034	0,034	8,33	36,28	0,026	0,017	140,25	13,6	1,87
	Итого:	**85**	**0,034**	**0,034**	**8,33**	**36,28**	**0,026**	**0,017**	**140,25**	**13,6**	**1,87**
	Обед										
62,1	Салат из свеклы с черносливом	60	0,91	3,09	7,89	62,99	0,01	0,03	5,18	25,33	0,96
88,1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	1,602	1,854	11,862	70,52	0,072	0,045	6,48	18,063	0,684
71,1	Фрикадельки мясные	20	3,82	2,027	0,16	34,12	0,013	0,04	0,2	3,127	0,287
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,60		0,004	2	4,46	0,032
222	Зелень в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,60		0,004	2	4,46	0,032
204,1	Гречка рассыпчатая	150	9,02	2,34	45,59	216,11	0,24	0,13		19,55	4,59
202,1	Бефстроганов из отварной говядины	80	20,31	2,12	0,39	101,33	0,08	0,13	0,17	10	1,68
139,1	Напиток из св плодов	180	0,09		18,817	71,29	0,009	0,009	3,375	3,582	0,198
0,09	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**727**	**39,156**	**12,055**	**101,969**	**646,07**	**0,514**	**0,432**	**19,405**	**117,112**	**10,5**
	Полдник										
281,1	Ряженка	194	5,626	4,85	8,148	99,16	0,043	0,025	0,582	240,56	0,194
301	Булочка российская	60	4,251	2,897	39,197	199,80	0,069	0,069	0,043	16,843	0,589
	Итого:	**254**	**9,877**	**7,747**	**47,345**	**298,96**	**0,112**	**0,093**	**0,625**	**257,403**	**0,783**
	Ужин										
215,1	Огурцы свежие порциями	60	0,48	0,06	1,5	8,46	0,02	0,02	6	13,8	0,36
246,3	Рыба запеченная с картофелем по – русски	180	20,277	15,219	9,972	258,30	0,27		12,15	48,816	1,503
34,1	Чай с лимоном	200	0,22	0,1	14,58	59,00	0,003	0,003	2,9	8,2	0,907
0,1	Хлеб пшеничный	39	3,705	0,439	22,757	111,93	0,078	0,029		11,213	0,926
	Итого:	**479**	**24,682**	**15,818**	**48,809**	**437,69**	**0,371**	**0,052**	**21,05**	**82,029**	**3,696**
	Итого за день:	**1 970**	**87,698**	**51,441**	**270,738**	**1 840,04**	**1,254**	**1,107**	**184,662**	**859,726**	**18,911**