"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
М.П. 14 марта 2025 г.
Подпи

Базюк Светлана Владимировна

Подписан: 2025 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: 2025.03.14 14:54:20+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

День: 5
Неделя: 2
Сезон: Зима-весна 2025 САД
Возрастная категория: Дети сад корпус 2

Ежедневное меню на
14 марта 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										
8,1	каша кукурузная на молоке	180	10,44	4,95	45,72	213,58	0,099	0,207	0,837	177,687	1,512
0,25	Батон нарезной	40	3,8	0,45	23,35	88,72	0,08	0,03		11,5	0,95
36	Какао на молоке	200	6,79	7,88	25,74	153,03	0,09	0,32	2,6	243,05	0,9
	Итого:	**420**	**21,03**	**13,28**	**94,81**	**455,33**	**0,269**	**0,557**	**3,437**	**432,237**	**3,362**
	Завтрак 2ой										
0,29	Яблоко	100	0,04	0,04	9,8	33,72	0,03	0,02	165	16	2,2
	Итого:	**100**	**0,04**	**0,04**	**9,8**	**33,72**	**0,03**	**0,02**	**165**	**16**	**2,2**
	Обед										
86,1	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	85,16	0,18	0,06	4,65	30,46	1,62
220,1	Мясо для супа	15	3,9	2,52		30,10	0,008	0,024		4,5	0,24
222	Зелень в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,47		0,004	2	4,46	0,032
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,47		0,004	2	4,46	0,032
104,2	Картофельное пюре	140	2,856	4,48	19,077	101,20	0,131	0,103	16,949	34,515	0,943
112,1	Котлеты рыбные	80	14,6	2,3	8,2	86,74	0,07	0,1	1	47,66	0,64
123,1	Компот из свежих плодов	180	0,63	0,54	35,375	110,82	0,009	0,009	59,4	6,192	0,855
0,09	Хлеб ржаной	49	3,234	0,588	16,758	68,52	0,088	0,039		17,15	1,911
0,01	Соль	5								18,4	0,145
	Итого:	**673**	**29,714**	**14,672**	**92,631**	**483,49**	**0,486**	**0,343**	**85,999**	**167,797**	**6,418**
	Полдник										
284,1	Снежок	190	5,32	6,46	20,9	129,09	0,057	0,029	1,71	229,9	0,19
302,1	Сырная палочка	70	8,596	25,634	34,874	319,86	0,096	0,096	0,154	136,108	0,824
	Итого:	**260**	**13,916**	**32,094**	**55,774**	**448,94**	**0,153**	**0,125**	**1,864**	**366,008**	**1,014**
	Ужин										
40,1	Салат с огурцами и помидорами+	60	0,6	4,6	1,5	38,95	0,02	0,03	8,5	19,87	0,37
175,1	Макароны, запеченные с яйцом	200	11,38	7,23	41,52	210,20	0,11	0,17	0,23	72,92	1,62
33	Чай с сахаром	200	0,2		0,04	38,71		0,01	0,1	4,4	0,86
0,1	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,45	23,34	90,69	0,08	0,03		11,5	0,95
	Итого:	**500**	**15,98**	**12,28**	**66,4**	**378,55**	**0,21**	**0,24**	**8,83**	**108,69**	**3,8**
	Итого за день:	**1 953**	**80,68**	**72,366**	**319,415**	**1 800,03**	**1,148**	**1,284**	**265,13**	**1 090,732**	**16,794**