

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

"УТВЕРЖДАЮ"
 МАДОУ города
 Нижневартовска ДС №52
 "Самолётник"
 Базюк С. В.
 М. П. 1 мая 2024 г.
 Подпись _____

**Ежедневное меню на
 2 мая 2024 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											
204,1	Гречка рассыпчатая	150	9,02	2,34	45,59	190,1768	0,24	0,13		19,55	4,59
230,1	Масло сливочное для подачи к блюдам	10	0,08	7,25	0,13	58,1328		0,01		2,4	0,02
266,1	Бутерброды с повидлом	23,853/3,6 36/15,291	1,811	2,858	20,044	99,8404	0,036	0,022	0,073	7,927	0,633
	чай с медом	200									
	Итого:	400	10,911	12,448	65,764	348,15	0,276	0,162	0,073	29,877	5,243
Завтрак 2ой											
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	28,1688	0,023	0,015	123,75	12	1,65
	Итого:	75	0,03	0,03	7,35	28,169	0,023	0,015	123,75	12	1,65
Обед											
311	Томаты консервированные с кожицей, порциями	40	0,44	0,04	1,4	7,04	0,004	0,008	6	4	0,32
80,1	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	84,744	0,08	0,05	6,03	21,16	0,78
220,1	Мясо для супа	10	2,6	1,68		22,352	0,005	0,016		3	0,16
0,13	Сметана в суп	8	0,24	0,8	0,22	7,9552		0,02	0,05	7,2	0,02
222	Зелень в суп	1	0,026	0,006	0,04	0,264		0,002	1	2,23	0,016
222,2	Лук зеленый в суп	1	0,026	0,006	0,04	0,264		0,002	1	2,23	0,016
104,2	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	120,78	0,14	0,11	18,16	36,98	1,01
250,2	Биточки	80	12,9	7,8	7,8	133,76	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
128	Компот из смеси сухофруктов	200	1,5		44,206	152,6448	0,02	0,08	2,5	57,9	1,56
0,09	Хлеб ржаной	42	2,772	0,504	14,364	65,42624	0,076	0,034		14,7	1,638
0,01	Соль	5								18,4	0,145
	Итого:	737	25,244	19,726	101,78	595,231	0,375	0,422	34,852	198,45	6,49
Полдник											
37,1	Молоко кипячёное	210	5,355	5,565	9,87	95,5416	0,053	0,168	1,092	231,42	0,105
301	Булочка российская	70	4,96	3,38	45,73	205,128	0,08	0,08	0,05	19,65	0,687
	Итого:	280	10,315	8,945	55,6	300,67	0,133	0,248	1,142	251,07	0,792
Ужин											
180,1	Вареники ленивые	150	18,5	17,83	26,2	299,31	0,075	0,3	0,25	163,6	0,975
182,1	Соус молочный (сладкий)	50	1	2	7,5	44		0,05	0,15	30,85	0,1
134,1	Кисель из сока	200	0,4		24,824	93,9312	0,02	0,01	9,6	14,15	0,23
0,1	Хлеб пшеничный	32	3,04	0,36	18,672	80,8192	0,064	0,024		9,2	0,76
	Итого:	432	22,94	20,19	77,196	518,06	0,159	0,384	10	217,8	2,065
	Итого за день:	1 924	69,44	61,339	307,69	1 790,279	0,965	1,23	169,817	709,197	16,24
	Итого среднее за 10 дней:		84,601	67,358	340,434	1 800,2	1,097	1,59	190,597	942,147	17,343

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /