

"УТВЕРЖДАЮ"  
 МАДОУ города  
 Нижневартовска ДС №52  
 "Самолётник"  
 Базюк С. В.  
 М. П. 13 мая 2024 г.  
 Подпись \_\_\_\_\_

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

**Ежедневное меню на  
 14 мая 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	Са	Fe
<b>Завтрак</b>											
144,2	Запеканка из творога	120	19,11	19,91	9,72	255,6312	0,06	0,32	0,28	178,2	0,8
184,1	Соус абрикосовый	40	0,32		26,4	88,9856		0,016	0,08	7,44	0,208
266	Бутерброды с джемом	25,166/5,036/11,242	1,825	2,858	21,004	103,04008	0,036	0,022	0,349	7,636	0,502
36	Какао на молоке	200	6,79	7,88	25,74	172,6824	0,09	0,32	2,6	243,05	0,9
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>28,045</b>	<b>30,648</b>	<b>82,864</b>	<b>620,339</b>	<b>0,186</b>	<b>0,678</b>	<b>3,309</b>	<b>436,326</b>	<b>2,41</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,29	Яблоко	100	0,04	0,04	9,8	37,5584	0,03	0,02	165	16	2,2
	<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>9,8</b>	<b>37,558</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>165</b>	<b>16</b>	<b>2,2</b>
<b>Обед</b>											
486	Салат "Ромашковый"	40	0,44	3,367	2,633	37,48184	0,015		2,147	8,18	0,239
249,1	Уха с крупой	200	1,904	2,2	14	76,208	0,08	0,048	7,408	16,12	0,853
249,4	Рыба горбуша для супа	20	3,56	0,48		15,84	0,024	0,016		7,4	0,16
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
250,1	Котлеты	80	12,9	7,8	7,8	133,76	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
143,1	Напиток из плодов шиповника	200	0,7		18,312	62,4976	0,01	0,13	220	12,4	5,06
0,09	Хлеб ржаной	39	2,574	0,468	13,338	60,75344	0,07	0,031		13,65	1,521
0,01	Соль	5								18,4	0,145
	<b>Итого:</b>	<b>736</b>	<b>25,19</b>	<b>19,127</b>	<b>76,603</b>	<b>507,849</b>	<b>0,39</b>	<b>0,439</b>	<b>249,827</b>	<b>148,24</b>	<b>9,845</b>
<b>Полдник</b>											
37,1	Молоко кипячёное	210	5,355	5,565	9,87	95,5416	0,053	0,168	1,092	231,42	0,105
0,4	Пряники	40	1,344	2,124	13,392	68,77376	0,014	0,01		5,216	0,378
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>6,699</b>	<b>7,689</b>	<b>23,262</b>	<b>164,315</b>	<b>0,066</b>	<b>0,178</b>	<b>1,092</b>	<b>236,636</b>	<b>0,483</b>
<b>Ужин</b>											
311,1	Томаты консервированные порциями	40	0,44	0,04	1,4	6,7936	0,007	0,007	6	4	0,32
176,1	Макароны, запеченные с сыром	180	10,08	9,198	43,992	266,76936	0,09	0,594	0,099	141,336	1,134
0,44	Сок фруктовый	200	1	0,2	27,6	94,4064	0,04	0,02	4	40	0,8
0,1	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,45	23,34	101,024	0,08	0,03		11,5	0,95
	<b>Итого:</b>	<b>460</b>	<b>15,32</b>	<b>9,888</b>	<b>96,332</b>	<b>468,993</b>	<b>0,217</b>	<b>0,651</b>	<b>10,099</b>	<b>196,836</b>	<b>3,204</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 946</b>	<b>75,294</b>	<b>67,392</b>	<b>288,861</b>	<b>1 799,055</b>	<b>0,889</b>	<b>1,965</b>	<b>429,327</b>	<b>1 034,038</b>	<b>18,142</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>84,601</b>	<b>67,358</b>	<b>340,434</b>	<b>1 800,146</b>	<b>1,097</b>	<b>1,59</b>	<b>190,597</b>	<b>942,147</b>	<b>17,343</b>

Мед сестра: \_\_\_\_\_ / Несговорова О. В. /