

"УТВЕРЖДАЮ"  
 МАДОУ города  
 Нижневартовска ДС №52  
 "Самолётник"  
 Базюк С. В.  
 М. П. 15 мая 2024 г.  
 Подпись \_\_\_\_\_

День: 4  
 Неделя: 1  
 Сезон: Весна-Лето 2024 ЯСЛИ  
 Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

**Ежедневное меню на  
 16 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	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
6,1	Каша манная молочная	150	6	3,9	25,8	121,816	0,06	0,15	0,72	148,8	0,32
268	Бутерброды с маслом	10/27,809	2,45	7,55	14,62	101,266	0,05	0,03		9,3	0,62
	Кофейный напиток	150	2,3	2,1	17,2	72,016	0,05	0,19	1,3	120,45	0,14
	<b>Итого:</b>	<b>340</b>	<b>10,75</b>	<b>13,55</b>	<b>57,62</b>	<b>295,098</b>	<b>0,16</b>	<b>0,37</b>	<b>2,02</b>	<b>278,55</b>	<b>1,08</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	24,008	0,022	0,015	123,75	12	1,65
0,34	Вода питьевая	150								6,75	0,001
	<b>Итого:</b>	<b>225</b>	<b>0,03</b>	<b>0,03</b>	<b>7,35</b>	<b>24,008</b>	<b>0,022</b>	<b>0,015</b>	<b>123,75</b>	<b>18,75</b>	<b>1,651</b>
<b>Обед</b>											
487	Салат «Степной»	40	0,46	3,37	2,83	32,663	0,027		4,17	7,11	0,276
80,1	Рассольник ленинградский	150	1,26	3,07	9,95	54,338	0,06	0,04	4,52	15,87	0,58
220,1	Мясо для супа	10	2,6	1,7		19,275	0,005	0,015		3	0,15
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,18	5,085			0,04	5,4	
222	Зелень в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,45		0,01	5	11,15	0,08
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,45		0,01	5	11,15	0,08
212,1	Капуста тушённая	120	2,48	3,88	11,31	67,59	0,03	0,04	20,59	66,54	0,97
250,2	Биточки	60	9,7	5,9	5,9	85,5	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66
139,1	Напиток из св. плодов	150	0,1		15,706	44,52			2,81	2,98	0,17
0,09	Хлеб ржаной	39	2,574	0,468	13,338	51,794	0,068	0,029		13,65	1,521
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	<b>Итого:</b>	<b>582</b>	<b>19,454</b>	<b>19,008</b>	<b>59,374</b>	<b>361,664</b>	<b>0,23</b>	<b>0,224</b>	<b>42,22</b>	<b>172,41</b>	<b>4,574</b>
<b>Полдник</b>											
37,1	Молоко кипячёное	170	4,42	4,533	8,047	66,13	0,045	0,181	0,884	173,831	0,079
	печенье	40	6,72	10,62	66,96	293,07	0,068	0,048		26,08	1,888
	<b>Итого:</b>	<b>210</b>	<b>11,14</b>	<b>15,153</b>	<b>75,007</b>	<b>359,2</b>	<b>0,113</b>	<b>0,229</b>	<b>0,884</b>	<b>199,911</b>	<b>1,967</b>
<b>Ужин</b>											
180,1	Вареники ленивые	140	17,267	16,637	24,453	238,088	0,07	0,28	0,233	152,693	0,91
182,1	Соус молочный (сладкий)	50	1	2	7,5	37,5		0,05	0,15	30,85	0,1
34,1	Чай с лимоном	150	0,165	0,075	10,935	33,188	0,002	0,002	2,175	6,15	0,68
0,1	Хлеб пшеничный	29	2,552	0,464	13,224	51,33	0,068	0,029		13,533	1,508
	<b>Итого:</b>	<b>369</b>	<b>20,984</b>	<b>19,176</b>	<b>56,112</b>	<b>360,105</b>	<b>0,14</b>	<b>0,361</b>	<b>2,558</b>	<b>203,227</b>	<b>3,198</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 726</b>	<b>62,358</b>	<b>66,917</b>	<b>255,463</b>	<b>1 400,075</b>	<b>0,665</b>	<b>1,2</b>	<b>171,432</b>	<b>872,847</b>	<b>12,47</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>68,961</b>	<b>55,471</b>	<b>275,535</b>	<b>1 400,111</b>	<b>0,886</b>	<b>1,216</b>	<b>143,944</b>	<b>777,225</b>	<b>14,382</b>

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