

"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	Са	Fe
Завтрак											
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
	Итого:	340	10,75	13,55	57,62	295,098	0,16	0,37	2,02	278,55	1,08
Завтрак 2ой											
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
	Итого:	225	0,03	0,03	7,35	24,008	0,022	0,015	123,75	18,75	1,651
Обед											
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
	Итого:	582	19,454	19,008	59,374	361,664	0,23	0,224	42,22	172,41	4,574
Полдник											
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
	Итого:	210	11,14	15,153	75,007	359,2	0,113	0,229	0,884	199,911	1,967
Ужин											
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
	Итого:	369	20,984	19,176	56,112	360,105	0,14	0,361	2,558	203,227	3,198
	Итого за день:	1 726	62,358	66,917	255,463	1 400,075	0,665	1,2	171,432	872,847	12,47
	Итого среднее за 10 дней:		68,961	55,471	275,535	1 400,111	0,886	1,216	143,944	777,225	14,382

Мед сестра: _____ / Несговорова О. В. /