"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
_____
Подписан: Базюк 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: 2025.05.14 09:52:46+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

Базюк Светлана Владимировна

День: 2
Неделя: 1
Сезон: Весна-Лето 2025 ЯСЛИ
Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

Ежедневное меню на 13 мая 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										
150,1	Суфле творожное	90	12,9	6,9	13,35	147,69	0,045	0,195	0,24	116,625	0,495
266	Бутерброды с джемом	15,999/23,819	1,825	2,858	21,004	105,38	0,036	0,022	0,349	7,636	0,502
184,1	Соус абрикосовый	40	0,32		26,4	91,01		0,016	0,08	7,44	0,208
34	Чай с молоком	180	1,92	1,92	14,88	76,03	0,012	0,072	0,432	67,5	1,068
	Итого:	**350**	**16,965**	**11,678**	**75,634**	**420,11**	**0,093**	**0,305**	**1,101**	**199,201**	**2,273**
	Завтрак 2ой										
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	28,81	0,022	0,015	123,75	12	1,65
	Итого:	**75**	**0,03**	**0,03**	**7,35**	**28,81**	**0,022**	**0,015**	**123,75**	**12**	**1,65**
	Обед										
249,1	Уха с крупой	150	1,4	1,7	10,5	58,50	0,06	0,04	5,56	12,09	0,64
249,2	Рыба горбуша для супа	15	3	1,218		20,66	0,036	0,036	0,15	2,25	0,12
222	Зелень в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,54		0,01	5	11,15	0,08
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,54		0,01	5	11,15	0,08
104,2	Картофельное пюре	110	2,246	3,52	14,988	90,59	0,101	0,083	13,319	27,115	0,743
250,1	Котлеты	60	9,7	5,9	5,9	102,60	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66
273,4	Напиток лимонный	150	0,34		16,99	62,78	0,004		3,99	4,395	0,101
0,09	Хлеб ржаной	41	2,706	0,492	14,022	65,34	0,072	0,031		14,35	1,599
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**533**	**19,492**	**12,85**	**62,56**	**401,54**	**0,313**	**0,289**	**33,109**	**118,06**	**4,11**
	Полдник										
37,1	Молоко кипячёное	170	4,42	4,533	8,047	79,36	0,045	0,181	0,884	173,831	0,079
	Пирожки сдобные печеные с сердцем	50	7,129	4,429	15,229	116,31	0,047	0,071	1,8	9,586	2,257
	Итого:	**220**	**11,549**	**8,962**	**23,275**	**195,66**	**0,092**	**0,253**	**2,684**	**183,416**	**2,336**
	Ужин										
271,1	Консервированная кукуруза порциями	40	0,88	0,16	4,48	20,88	0,01	0,02	1,92	2	0,16
15,1	Омлет натуральный	110	11	11,367	2,2	138,60	0,055	0,312	0,165	75,167	1,76
123,1	Компот из свежих плодов	180	0,72	0,48	36,005	128,67	0,012	0,012	59,4	6,192	0,852
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	63,72	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	**360**	**15,24**	**12,487**	**56,365**	**351,87**	**0,147**	**0,374**	**61,485**	**97,359**	**4,332**
	Итого за день:	**1 538**	**63,276**	**46,007**	**225,183**	**1 397,99**	**0,667**	**1,235**	**222,129**	**610,036**	**14,701**