"УТВЕРЖДАЮ" МАДОУ города Нижневартовска ДС №52 "Самолётик"

Базюк С. В.

М. П.

19 мая 2025 г.

Подпись __

День: 2 Неделя: 2

Сезон: Весна-Лето 2025 ЯСЛИ

Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

Ежедневное меню на 20 мая 2025 г.

№ рецерту	Прием пищи, наименование	Macca	Пищевая ценность, г			Энергетиче ская	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
ры	блюда	порции	белки	жиры	углеводы	ценность (ккал)	B1	B2	С	Ca	Fe
	Завтрак										
322	Каша ячневая молочная	150	8,7	4,1	38,1	227,40	0,12	0,17	0,72	155,8	0,89
34	Чай с молоком	170	1,813	1,813	14,053	79,79	0,011	0,068	0,408	63,75	1,009
0,25	Батон нарезной	30	2,28	0,27	14,01	68,89	0,048	0,018		6,9	0,57
	Итого:	350	12,793	6,183	66,163	376,08	0,179	0,256	1,128	226,45	2,469
	Завтрак 2ой										
0,02	Бананы	80	1,2	0,08	16,8	69,84	0,032	0,08	8	6,4	0,96
	Итого:	80	1,2	0,08	16,8	69,84	0,032	0,08	8	6,4	0,96
	Обед										
216,1	Помидоры свежие порциями	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,015	0,015	7,5	4,2	0,27
80,1	Рассольник ленинградский	150	1,26	3,07	9,95	72,45	0,06	0,04	4,52	15,87	0,58
220,1	Мясо для супа	10	2,6	1,7		25,70	0,005	0,015		3	0,15
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4	
222	Зелень в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,60		0,01	5	11,15	0,08
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,60		0,01	5	11,15	0,08
104,2	Картофельное пюре	120	2,45	3,84	16,35	109,80	0,11	0,09	14,53	29,58	0,81
	Оладьи из печени	60									
183	Соус сметанный	25	0,4	0,5	1,4	12,10		0,01	0,01	5,52	0,04
139,1	Напиток из св плодов	130	0,087		13,612	51,45			2,435	2,583	0,147
0,09	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	53,12	0,053	0,023		10,5	1,17
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	558	9,387	10,15	53,052	339,02	0,243	0,213	39,035	109,993	3,414
	Полдник										
37,1	Молоко кипячёное	170	4,42	4,533	8,047	88,17	0,045	0,181	0,884	173,831	0,079
0,4	Пряники	50	4,2	6,638	41,85	244,23	0,043	0,03		16,3	1,18
	Итого:	220	8,62	11,171	49,897	332,40	0,088	0,211	0,884	190,131	1,259
	Ужин										
16,1	Сырники из творога	130	9,62	4,602	11,388	123,50	0,078	0,312	0,286	186,147	0,91
182,1	Соус молочный (сладкий)	40	0,8	1,6	6	40,00		0,04	0,12	24,68	0,08
133	Кисель из шиповника	180	0,024		22,212	94,20		0,036	31,68	7,872	1,68
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	70,80	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	380	13,084	6,682	53,28	328,50	0,148	0,418	32,086	232,699	4,23
	Итого за день:	1 598	45,084	34,266	239,192	1 445,83	0,69	1,178	81,133	765,672	12,332