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

Базюк С. В.

М. П. 22 мая 2025 г.

Подпись __

День: 5 Неделя: 2 Сезон: Весна-Лето 2025 САД

Возрастная категория: Дети сад корпус 2

Ежедневное меню на 23 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										
8,1	каша кукурузная на молоке	200	11,6	5,5	50,8	263,78	0,11	0,23	0,93	197,43	1,68
1	Масло в кашу	7	0,056	5,082	0,084	40,23		0,014		1,68	0,014
266	Бутерброды с джемом	30,093/15	2,054	3,215	23,629	114,60	0,041	0,025	0,393	8,591	0,565
34	Чай с молоком	200	1,9	1,9	14,8	72,99	0,02	0,08	0,48	75	1,19
	Итого:	452	15,61	15,697	89,313	491,61	0,171	0,349	1,803	282,701	3,449
	Завтрак 2ой					•			•	•	
0,29	Яблоко	90	0,036	0,036	8,82	33,42	0,027	0,018	148,5	14,4	1,98
	Итого:	90	0,036	0,036	8,82	33,42	0,027	0,018	148,5	14,4	1,98
	Обед								•		
309,1	Огурцы соленые порциями	50	0,4	0,05	0,85	4,74	0,008	0,008	2,5	11,5	0,3
83,1	Суп из овощей	200	1,43	3,09	8,12	57,45	0,05	0,04	6,8	16,2	0,54
0,13	Сметана в суп	8	0,24	0,8	0,22	7,86		0,02	0,05	7,2	0,02
222	Зелень в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,52		0,004	2	4,46	0,032
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,52		0,004	2	4,46	0,032
267,1	Жаркое по- домашнему из говядины	180	16,904	19,15	16,983	268,30	0,188		23,103	31,883	3,725
0,44	Сок фруктовый	200	1	0,2	27,6	93,33	0,04	0,02	4	40	0,8
0,09	Хлеб ржаной	51	3,366	0,612	17,442	78,54	0,092	0,041		17,85	1,989
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	696	23,444	23,926	71,375	511,29	0,378	0,137	40,453	144,593	7,525
	Полдник			•					•		
284,1	Снежок	200	5,6	6,8	22	149,64	0,06	0,03	1,8	242	0,2
270	Горячий бутерброд с сыром	30,093/26, 596/5	8,81	13,39	16,34	195,49	0,007		0,14	202,4	0,16
	Итого:	260	14,41	20,19	38,34	345,13	0,067	0,03	1,94	444,4	0,36
	Ужин										
40,1	Салат с огурцами и помидорами+	60	0,6	4,6	1,5	42,89	0,02	0,03	8,5	19,87	0,37
175,1	Макароны, запеченные с яйцом	180	10,242	6,507	37,368	208,34	0,099	0,153	0,207	65,628	1,458
139,1	Напиток из св плодов	200	0,1		20,908	68,91	0,01	0,01	3,75	3,98	0,22
0,1	Хлеб пшеничный	39	3,705	0,439	22,757	97,38	0,078	0,029		11,213	0,926
	Итого:	479	14,647	11,546	82,533	417,52	0,207	0,222	12,457	100,691	2,974
	Итого за день:	1 977	68,147	71,396	290,38	1 798,97	0,85	0,756	205,152	986,785	16,288