"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
Подп

Базюк Светлана Владимировна

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: 2025.05.27 13:21:02+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

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

Ежедневное меню на 26 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										
17,7	Суп молочный с крупой (геркулес)	150	4,44	4,45	13,45	111,60	0,09	0,15	0,68	124,2	0,49
266	Бутерброды с джемом	30,267/10,373	1,825	2,858	21,004	117,09	0,036	0,022	0,349	7,636	0,502
35,1	Кофейный напиток	160	2,027	1,28	11,426	61,78	0,053	0,203	0,928	190,784	0,469
	Итого:	**350**	**8,292**	**8,588**	**45,88**	**290,47**	**0,18**	**0,374**	**1,957**	**322,62**	**1,461**
	Завтрак 2ой										
0,44	Сок фруктовый	181	0,543		24,966	97,04	0,036	0,012	3,62	32,568	0,724
	Итого:	**181**	**0,543**		**24,966**	**97,04**	**0,036**	**0,012**	**3,62**	**32,568**	**0,724**
	Обед										
70,1	Борщ сибирский	150	2,3	2,5	9,2	68,90	0,04	0,03	4,67	29,74	0,96
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4	
222	Зелень в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,30		0,005	2,5	5,575	0,04
222,2	Лук зеленый в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,30		0,005	2,5	5,575	0,04
204,1	Гречка рассыпчатая	110	6,611	1,716	33,429	158,48	0,176	0,095		14,333	3,366
492	Язык отварной	60	13,43	8,41		128,60	0,045	0,114		26,138	1,025
314,1	Соус томатный	20	0,51	1,35	2,34	24,00	0,006	0,006	0,84	6	0,21
123,1	Компот из свежих плодов	150	0,6	0,4	30,004	119,14	0,01	0,01	49,5	5,16	0,71
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**541**	**26,321**	**15,466**	**88,913**	**577,33**	**0,347**	**0,295**	**60,05**	**122,961**	**7,998**
	Полдник										
281	Кефир	148	4,292	3,7	5,92	74,00	0,059	0,257	1,036	177,6	0,148
	Плюшка Новомосковская	60	4,1	4,4	32,6	186,00	0,086		0,031	18,1	0,66
	Итого:	**208**	**8,392**	**8,1**	**38,52**	**260,00**	**0,145**	**0,257**	**1,067**	**195,7**	**0,808**
	Ужин										
311	Томаты консервированные с кожицей, порциями	40	0,4	0,04	1,4	8,00	0,004	0,008	6	4	0,3
104,1	Картофельное пюре	120	2,544	3,264	16,788	111,20	0,103	0,088	8,647	29,628	0,876
34,1	Чай с лимоном	180	0,198	0,09	13,122	53,10	0,002	0,002	2,61	7,38	0,816
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	70,80	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	**370**	**5,782**	**3,874**	**44,99**	**243,10**	**0,18**	**0,128**	**17,257**	**55,008**	**3,552**
	Итого за день:	**1 650**	**49,33**	**36,028**	**243,269**	**1 447,94**	**0,888**	**1,066**	**83,951**	**728,857**	**14,543**