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

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: 2025.05.29 16:52:02+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

День: 4
Неделя: 1
Сезон: Весна-Лето 2025 ЯСЛИ
Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

Ежедневное меню на 29 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										
17,1	Суп молочный с крупой (пшено)	150	4,35	4,11	13,93	85,66	0,08	0,15	0,68	121,44	0,4
268	Бутерброды с маслом	29,801/10	2,45	7,55	14,62	105,87	0,05	0,03		9,3	0,62
35,1	Кофейный напиток	170	2,153	1,36	12,14	50,99	0,057	0,215	0,986	202,708	0,499
	Итого:	**360**	**8,953**	**13,02**	**40,69**	**242,51**	**0,187**	**0,395**	**1,666**	**333,448**	**1,519**
	Завтрак 2ой										
0,28	Апельсины	75	0,675	0,15	6,075	21,17	0,03	0,002	45	25,5	0,225
	Итого:	**75**	**0,675**	**0,15**	**6,075**	**21,17**	**0,03**	**0,002**	**45**	**25,5**	**0,225**
	Обед										
216,1	Помидоры свежие порциями	30	0,33	0,06	1,14	5,01	0,015	0,015	7,5	4,2	0,27
80,1	Рассольник ленинградский	150	1,26	3,07	9,95	56,51	0,06	0,04	4,52	15,87	0,58
220,1	Мясо для супа	10	2,6	1,7		20,05	0,005	0,015		3	0,15
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,18	5,29			0,04	5,4	
222	Зелень в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,23		0,005	2,5	5,575	0,04
222,2	Лук зеленый в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,23		0,005	2,5	5,575	0,04
103,1	Макаронные изделия отварные	120	4,41	3,61	21,16	105,11	0,04	0,02		3,89	0,88
250,2	Биточки	60	9,7	5,9	5,9	88,92	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66
140,1	Напиток яблочный	130	0,087	0,087	15,43	46,13	0,009		26,797	2,912	0,407
0,09	Хлеб ржаной	39	2,574	0,468	13,338	53,87	0,068	0,029		13,65	1,521
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**550**	**21,191**	**15,505**	**67,178**	**381,35**	**0,237**	**0,209**	**43,947**	**95,632**	**4,635**
	Полдник										
37,1	Молоко кипячёное	170	4,42	4,533	8,047	68,78	0,045	0,181	0,884	173,831	0,079
	печенье	30	5,04	7,965	50,22	228,60	0,051	0,036		19,56	1,416
	Итого:	**200**	**9,46**	**12,498**	**58,267**	**297,37**	**0,096**	**0,217**	**0,884**	**193,391**	**1,495**
	Ужин										
180,1	Вареники ленивые	140	17,267	16,637	24,453	247,61	0,07	0,28	0,233	152,693	0,91
182,1	Соус молочный (сладкий)	50	1	2	7,5	39,00		0,05	0,15	30,85	0,1
132	Кисель из кураги	180	0,96		34,805	115,82		0,024	0,36	22,188	0,54
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	55,22	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	**400**	**21,867**	**19,117**	**80,438**	**457,66**	**0,14**	**0,384**	**0,743**	**219,731**	**3,11**
	Итого за день:	**1 585**	**62,146**	**60,29**	**252,648**	**1 400,06**	**0,69**	**1,208**	**92,241**	**867,702**	**10,984**