"УТВЕРЖДАЮ"
МАДОУ города
Нижневартовска ДС №52
"Самолётик"
Базюк С. В.
М.П.
2025 г.

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: 2025.06.04 13:18:41+05'00'
Foxit PDF Editor Версия: 11.0.1

День: 5
Неделя: 1
Сезон: Весна-Лето 2025 ЯСЛИ
Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

Ежедневное меню на 30 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										
271,1	Консервированная кукуруза порциями	40	0,88	0,16	4,48	23,20	0,01	0,02	1,92	2	0,16
15,1	Омлет натуральный	110	11	11,367	2,2	154,00	0,055	0,312	0,165	75,167	1,76
	чай с медом	170									
0,25	Батон нарезной	30	2,28	0,27	14,01	68,89	0,048	0,018		6,9	0,57
	Итого:	**350**	**14,16**	**11,797**	**20,69**	**246,09**	**0,113**	**0,35**	**2,085**	**84,067**	**2,49**
	Завтрак 2ой										
0,29	Яблоко	75	0,03	0,03	7,35	32,01	0,022	0,015	123,75	12	1,65
	Итого:	**75**	**0,03**	**0,03**	**7,35**	**32,01**	**0,022**	**0,015**	**123,75**	**12**	**1,65**
	Обед										
214,1	Перец сладкий свежий порциями	33	0,429	0,033	1,617	9,04	0,025	0,033	66	2,64	0,017
70,1	Борщ сибирский	130	1,993	2,167	7,973	59,71	0,035	0,026	4,047	25,775	0,832
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
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
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
116,1	Суфле рыбное	60	9,62	1,83	0,08	55,22	0,05	0,08	0,42	24,45	0,57
0,44	Сок фруктовый	130	0,39		17,931	69,70	0,026	0,009	2,6	23,391	0,52
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	**536**	**20,402**	**10,67**	**57,972**	**407,98**	**0,32**	**0,303**	**97,637**	**161,576**	**4,706**
	Полдник										
284,1	Снежок	162	4,536	5,508	17,82	139,32	0,049	0,022	1,458	196,02	0,162
340,6	Пирожки простые печеные с картофелем и луком	50	3,129	1,814	20,286	110,00	0,057	0,029	0,343	10,571	0,629
	Итого:	**212**	**7,665**	**7,322**	**38,106**	**249,32**	**0,106**	**0,05**	**1,801**	**206,591**	**0,791**
	Ужин										
40,1	Салат с огурцами и помидорами+	40	0,4	3,1	1	32,90	0,01	0,02	5,67	13,25	0,25
176,1	Макароны, запеченные с сыром	180	10,08	6,792	43,992	303,15	0,09	0,06	0,096	141,336	1,14
128	Компот из смеси сухофруктов	180	1,32		40,08	157,25	0,012	0,072	2,244	52,104	1,404
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	70,80	0,07	0,03		14	1,56
	Итого:	**430**	**14,44**	**10,372**	**98,752**	**564,10**	**0,182**	**0,182**	**8,01**	**220,69**	**4,354**
	Итого за день:	**1 603**	**56,697**	**40,191**	**222,869**	**1 499,50**	**0,743**	**0,9**	**233,283**	**684,924**	**13,99**