

"УТВЕРЖДАЮ"  
 МАДОУ города  
 Нижневартовска ДС №52  
 "Самолётник"  
 Базюк С. В.  
 М. П. 2 октября 2024 г.  
 Подпись \_\_\_\_\_

День: 4  
 Неделя: 2  
 Сезон: Осень-Зима 2024 ЯСЛИ  
 Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

**Ежедневное меню на  
 3 октября 2024 г.**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
150,1	Суфле творожное	99	14,19	7,59	14,685	166,07	0,05	0,215	0,264	128,288	0,545
182,1	Соус молочный (сладкий)	40	0,8	1,6	6	36,80		0,04	0,12	24,68	0,08
0,25	Батон нарезной	30	2,28	0,27	14,01	63,38	0,048	0,018		6,9	0,57
36	Какао на молоке	180	6,108	7,092	23,172	162,52	0,072	0,288	2,34	218,796	0,816
	<b>Итого:</b>	<b>349</b>	<b>23,378</b>	<b>16,552</b>	<b>57,867</b>	<b>428,77</b>	<b>0,17</b>	<b>0,561</b>	<b>2,724</b>	<b>378,664</b>	<b>2,011</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,28	Апельсины	69	0,621	0,138	5,589	22,97	0,028	0,002	41,4	23,46	0,207
	<b>Итого:</b>	<b>69</b>	<b>0,621</b>	<b>0,138</b>	<b>5,589</b>	<b>22,97</b>	<b>0,028</b>	<b>0,002</b>	<b>41,4</b>	<b>23,46</b>	<b>0,207</b>
<b>Обед</b>											
312,2	Икра кабачковая порционная	41	0,779	3,649	3,157	44,70	0,01	0,021	2,87	16,81	0,287
249,1	Уха с крупой	130	1,213	1,473	9,1	51,83	0,052	0,035	4,819	10,478	0,555
249,4	Рыба форель для супа	15	2,67	0,36		12,42	0,02	0,01		5,55	0,12
222	Зелень в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,28		0,005	2,5	5,575	0,04
222,2	Лук зеленый в суп	1	0,025	0,005	0,04	0,28		0,005	2,5	5,575	0,04
204,1	Гречка рассыпчатая	110	6,611	1,716	33,429	145,80	0,176	0,095		14,333	3,366
250,3	Шницели	60	9,7	5,9	5,9	104,88	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66
314,1	Соус томатный	20	0,51	1,35	2,34	22,08	0,006	0,006	0,84	6	0,21
128	Компот из смеси сухофруктов	130	0,953		28,947	104,48	0,009	0,052	1,621	37,631	1,014
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	65,16	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	<b>Итого:</b>	<b>551</b>	<b>25,127</b>	<b>14,938</b>	<b>96,633</b>	<b>551,90</b>	<b>0,383</b>	<b>0,338</b>	<b>15,239</b>	<b>151,512</b>	<b>7,939</b>
<b>Полдник</b>											
37,1	Молоко кипячёное	150	3,9	4	7,1	71,58	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
342	Пирог открытый с повидлом или джемом	60	3,726	1,932	34,272	0,16	0,066	0,042	0,216	11,4	0,702
	<b>Итого:</b>	<b>210</b>	<b>7,626</b>	<b>5,932</b>	<b>41,372</b>	<b>71,73</b>	<b>0,106</b>	<b>0,202</b>	<b>0,996</b>	<b>164,78</b>	<b>0,772</b>
<b>Ужин</b>											
39,1	Салат с помидорами	40	0,4	3,1	0,8	29,62	0,01	0,02	4,14	17,75	0,21
258,3	Картофель	140	3,668	3,341	23,921	129,08	0,147	0,124	12,311	43,176	1,251
0,44	Сок фруктовый	201	0,603		27,725	99,14	0,04	0,013	4,02	36,167	0,804
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	65,14	0,07	0,03		14	1,56
	<b>Итого:</b>	<b>411</b>	<b>7,311</b>	<b>6,921</b>	<b>66,126</b>	<b>322,99</b>	<b>0,268</b>	<b>0,188</b>	<b>20,471</b>	<b>111,093</b>	<b>3,825</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 590</b>	<b>64,063</b>	<b>44,482</b>	<b>267,587</b>	<b>1 398,35</b>	<b>0,954</b>	<b>1,29</b>	<b>80,83</b>	<b>829,508</b>	<b>14,753</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>63,226</b>	<b>53,282</b>	<b>270,814</b>	<b>1 400,18</b>	<b>0,887</b>	<b>2,145</b>	<b>163,104</b>	<b>765,837</b>	<b>15,287</b>

Мед сестра: \_\_\_\_\_ / Несговорова О. В. /