

"УТВЕРЖДАЮ"  
 МАДОУ города  
 Нижневартовска ДС №52  
 "Самолётник"  
 Базюк С. В.  
 М. П. 9 сентября 2024 г.  
 Подпись \_\_\_\_\_

День: 2  
 Неделя: 1  
 Сезон: Лето-Осень 2024 ЯСЛИ  
 Возрастная категория: Дети - ясли корпус 2

**Ежедневное меню на  
 10 сентября 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	80	11,467	6,133	11,867	119,61094	0,04	0,173	0,213	103,667	0,44
184,1	Соус абрикосовый	40	0,32		26,4	82,9184		0,016	0,08	7,44	0,208
268	Бутерброды с маслом	8,131/30,368	2,45	7,55	14,62	111,52	0,05	0,03		9,3	0,62
36	Какао на молоке	180	6,108	7,092	23,172	144,85464	0,072	0,288	2,34	218,796	0,816
	<b>Итого:</b>	<b>340</b>	<b>20,345</b>	<b>20,775</b>	<b>76,059</b>	<b>458,904</b>	<b>0,162</b>	<b>0,507</b>	<b>2,633</b>	<b>339,203</b>	<b>2,084</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
0,02	Бананы	71	1,065	0,071	14,91	50,82606	0,028	0,071	7,1	5,68	0,852
	<b>Итого:</b>	<b>71</b>	<b>1,065</b>	<b>0,071</b>	<b>14,91</b>	<b>50,826</b>	<b>0,028</b>	<b>0,071</b>	<b>7,1</b>	<b>5,68</b>	<b>0,852</b>
<b>Обед</b>											
487	Салат «Степной»	40	0,46	3,37	2,83	35,711	0,027		4,17	7,11	0,276
89,1	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	1,4	1,7	10,5	53,3					
90,2	Фрикадельки рыбные (горбуша)	20	3,608	0,264	0,416	14,924	0,016	0,024	0,368	9,848	0,208
222	Зелень в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,492		0,01	5	11,15	0,08
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,05	0,01	0,08	0,492		0,01	5	11,15	0,08
212,1	Капуста тушеная	120	2,48	3,88	11,31	73,8984	0,03	0,04	20,59	66,54	0,97
250,1	Котлеты	60	9,7	5,9	5,9	93,48	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66
139,1	Напиток из св. плодов	150	0,1		15,706	48,6752			2,81	2,98	0,17
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	58,0806	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	<b>Итого:</b>	<b>587</b>	<b>20,488</b>	<b>15,614</b>	<b>60,502</b>	<b>379,053</b>	<b>0,183</b>	<b>0,194</b>	<b>38,028</b>	<b>158,338</b>	<b>4,091</b>
<b>Полдник</b>											
37,1	Молоко кипяченое	170	4,42	4,533	8,047	72,30186	0,045	0,181	0,884	173,831	0,079
0,18	вафли	29	0,696	0,609	17,4	61,92312	0,007	0,003		2,175	0,131
	<b>Итого:</b>	<b>199</b>	<b>5,116</b>	<b>5,142</b>	<b>25,447</b>	<b>134,225</b>	<b>0,053</b>	<b>0,184</b>	<b>0,884</b>	<b>176,006</b>	<b>0,21</b>
<b>Ужин</b>											
40,1	Салат с огурцами и помидорами+	40	0,4	3,1	1	26,978	0,01	0,02	5,67	13,25	0,25
176,1	Макароны, запеченные с сыром	150	8,4	5,66	36,66	207,1525	0,075	0,05	0,08	117,78	0,95
0,44	Сок фруктовый	179	0,537		24,69	78,69376	0,036	0,012	3,58	32,208	0,716
0,1	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,48	13,68	58,056	0,07	0,03		14	1,56
	<b>Итого:</b>	<b>399</b>	<b>11,977</b>	<b>9,24</b>	<b>76,03</b>	<b>370,88</b>	<b>0,191</b>	<b>0,112</b>	<b>9,33</b>	<b>177,238</b>	<b>3,476</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 596</b>	<b>58,991</b>	<b>50,843</b>	<b>252,947</b>	<b>1 393,888</b>	<b>0,617</b>	<b>1,068</b>	<b>57,975</b>	<b>856,464</b>	<b>10,713</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>61,22</b>	<b>49,163</b>	<b>217,42</b>	<b>1 400,193</b>	<b>0,796</b>	<b>2,349</b>	<b>171,418</b>	<b>742,613</b>	<b>14,606</b>

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