Копия верна

Тарасенко Оксана Сергеевна

Подписан: Тарасенко Оксана Сергеевна
DN: C=RU, S=Ханты-Мансийский автономный округ - Югра, L=Нижневартовск, T=Заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА ДЕТСКИЙ САД №71 " РАДОСТЬ " , OHRN=1023602616662, ИНН=860207031555, E=mbdou71@yandex.ru, G=Оксана Сергеевна, SN=Тарасенко, CN=Тарасенко Оксана Сергеевна
Обоснование: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение:
Дата: 2024-06-24 10:44:39
Foxit Reader Версия: 9.4.1

День: 5
Неделя: 2
Сезон: Весна-лето ясли
Возрастная категория: ДЕТИ - ЯСЛИ

Ежедневное меню
на 21 июня 2024 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	60	1,116	0,226	8,432	40	0,012	0,012	2,88	3	0,24
15,1	Омлет натуральный	120	12	12,4	2,4	168	0,06	0,34	0,18	82	1,92
36,2	Какао на молоке	150	3,46	3,1	13,994	97,73	0,06		1,95	180,34	0,18
268	Бутерброды с маслом	28,247/5	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62
	Итого:	**365**	**19,026**	**23,276**	**39,446**	**441,73**	**0,182**	**0,382**	**5,01**	**274,64**	**2,96**
	завтрак 2-ой										
0,21	Мандарины	80	0,64	0,16	6	30,4	0,048	0,023	30,4	28	0,08
	Итого:	**80**	**0,64**	**0,16**	**6**	**30,4**	**0,048**	**0,023**	**30,4**	**28**	**0,08**
	обед										
276	Салат из консервированных овощей+	39	0,78	2,009	1,95	29,299	0,029	0,01	3,14	8,492	0,254
231	Суп с рыбными консервами+	150	5,16	5,04	8,6	100,35	0,06	0,087	5,47	27,18	0,76
225,1	Запеканка из печени с рисом+	60	10,808	3,232	8,96	108,192	0,061		6,518	8,454	1,37
314,1	Соус томатный	30	0,51	1,35	2,34	24	0,006	0,006	0,84	6	0,21
104,2	Картофельное пюре	120	2,12	2,72	13,99	92,67	0,086	0,073	7,206	24,69	0,73
132	Кисель из кураги	150	0,8		29,004	123,74		0,02	0,3	18,49	0,45
0,09	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56
0,01	Соль	3								14,72	0,116
	Итого:	**592**	**22,818**	**14,831**	**78,524**	**549,081**	**0,312**	**0,226**	**23,474**	**122,027**	**5,449**
	Полдник										
37,1	Молоко кипячённое	150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
0,4	Пряники	28	2,352	3,717	23,436	136,766	0,024	0,017		9,128	0,661
	Итого:	**178**	**6,252**	**7,717**	**30,536**	**214,566**	**0,064**	**0,177**	**0,78**	**162,508**	**0,731**
	Ужин										
16,1	Сырники из творога	100	7,4	3,54	8,76	95	0,06	0,24	0,22	143,19	0,7
182,3	Соус сладкий	25	1,8	2,125	13,875	82	0,044	0,095	0,25	76,75	0,05
0,44	Сок фруктовый	150	0,45		20,69	80,42	0,03	0,01	3	26,99	0,6
0,53	Хлеб «8 злаков»	30	4,005	1,268	13,005	79,5	0,083	0,038	0,03	30,9	0,75
	Итого:	**305**	**13,655**	**6,933**	**56,33**	**336,92**	**0,217**	**0,383**	**3,5**	**277,83**	**2,1**
	Итого за день:	**1 520**	**62,391**	**52,916**	**210,836**	**1 572,697**	**0,822**	**1,191**	**63,164**	**865,005**	**11,32**
	Итого среднее за 10 дней:		**66,155**	**57,166**	**225,62**	**1 698,884**	**0,879**	**2,059**	**144,105**	**786,381**	**14,974**

Повар: _____/ Нигамедьянова Л. Р.

Врач(диетсестра): _____/

бухгалтер: _____/ Неупокоева Н. С.