Копия верна

Проконина Ольга Евгеньевна

Подписан: Проконина Ольга Евгеньевна
DN: C=RU, S=Ханты-Мансийский автономный округ - Югра, L=Нижневартовск, T=Заведующий, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА ДЕТСКИЙ САД №71 "" РАДОСТЬ"", СНИЛС=05278655791, ИНН=860317141410, E=mbdou71@yandex.ru, G=Ольга Евгеньевна, SN=Проконина, CN=Проконина Ольга Евгеньевна
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение:
Дата: 2023-12-13 15:30:55
Foxit Reader Версия: 9.4.1

День: 4
Неделя: 1
Сезон: Осень-Зима ЯСЛИ 2022
Возрастная категория: ДЕТИ - ЯСЛИ

Ежедневное меню
на 14 декабря 2023 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										
7,1	Каша пшеничная молочная	150	8,7	4,1	38,1	227,4	0,14	0,18	0,7	139,45	1,99
268	Бутерброды с маслом	31,22/3,437	2,31	7,119	13,785	128,229	0,047	0,028		8,769	0,585
33	Чай с сахаром	150	0,16		0,03	40,8		0,01	0,08	4,04	0,67
	Итого:	**333**	**11,17**	**11,219**	**51,915**	**396,429**	**0,187**	**0,218**	**0,78**	**152,259**	**3,245**
	завтрак 2-ой										
0,33	Киви	75	0,6	0,3	6,075	35,3	0,015	0,03	135	30	0,6
	Итого:	**75**	**0,6**	**0,3**	**6,075**	**35,3**	**0,015**	**0,03**	**135**	**30**	**0,6**
	обед										
253,2	Суп картофельный с клецками	150	2,06	2,86	13,69	88,8	0,066		6,918	15,32	0,624
300,2	Клецки	15									
222	Зелень в суп	1	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08
225,1	Запеканка из печени с рисом+	156	28,101	8,403	23,296	281,299	0,158		16,948	21,981	3,561
528	Соус красный основной	30	0,326	0,629	1,798	14,358	0,007	0,006	1,41	1,056	0,092
486	Салат «Витаминный»	39	0,429	3,286	2,564	41,525	0,015		2,096	7,976	0,233
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:	**584**	**34,406**	**15,668**	**84,112**	**621,152**	**0,316**	**0,066**	**32,672**	**104,693**	**6,716**
	Полдник										
37,1	Молоко кипячённое	150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07
303	Шанежка с картофелем	66	6,609	7,175	38,025	243,116	0,081	0,081	4,464	131,069	0,81
	Итого:	**216**	**10,509**	**11,175**	**45,125**	**320,916**	**0,121**	**0,241**	**5,244**	**284,449**	**0,88**
	Ужин										
187,1	Суфле из капусты	169	10,985	21,407	16,712	296,783	0,085	0,216	31,406	222,507	1,981
181,1	Соус молочный (для подачи к блюду)	25	0,5	1,2	1,9	20,2	0,01	0,02	0,07	14,98	0,04
0,44	Сок фруктовый	170	0,51		23,449	91,143	0,034	0,011	3,4	30,589	0,68
0,1	Хлеб пшеничный	26	1,716	0,312	8,892	46,02	0,046	0,02		9,1	1,014
	Итого:	**390**	**13,711**	**22,919**	**50,953**	**454,145**	**0,174**	**0,267**	**34,876**	**277,176**	**3,715**
	Итого за день:	**1 598**	**70,396**	**61,28**	**238,18**	**1 827,942**	**0,813**	**0,822**	**208,572**	**848,577**	**15,156**
	Итого среднее за 10 дней:		**62,244**	**52,717**	**225,684**	**1 643,205**	**7,854**	**0,961**	**131,034**	**769,497**	**14,246**

кладовщик: _____/ Ошнурова Г. Ю.

Врач(диетсестра): _____/

бухгалтер: _____/ Неупокоева Н. С.