

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 40 г. Благовещенска"

Основное двухнедельное меню

День: первый

Неделя: первая

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ

"ДС № 40 г. Благовещенска"

Н.В. Гаученова

Прием пищи	Наименование блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Масло сливочное	5	4,15	0,05	0,05	37,4	0	149
	Каша вязкая пшеничная молочная	150	2,26	6,07	21,29	139,75	1,46	96
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
	Кофейный напиток с молоком	160	2,35	2	10,64	70	0,98	395
Итого		<b>345</b>	<b>10,28</b>	<b>8,24</b>	<b>42,44</b>	<b>292,35</b>	<b>2,44</b>	
2-ой завтрак	Сок фруктовый и ягодный	<b>125</b>	<b>0,6</b>	<b>0</b>	<b>15,8</b>	<b>90</b>	<b>49</b>	389
	Борщ из св. капусты на мясокостном бульоне со сметаной	150	4,08	3,74	5,42	86,45	10	36
	Плов из мяса говядины	110	7,17	14,96	27,08	264	0,38	304
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
	Компот из свежемороженных ягод	150	0,06	0,06	14,94	61,8	2,4	437
Итого		<b>450</b>	<b>12,83</b>	<b>18,88</b>	<b>57,9</b>	<b>457,45</b>	<b>12,76</b>	
Полдник	Печенье	34	3,7	3,76	41,1	203	0	
	Кисломолочная продукция	150	5	7,2	7,56	120,6	0,54	530
Итого		<b>184</b>	<b>8,7</b>	<b>10,96</b>	<b>48,66</b>	<b>323,6</b>	<b>0,54</b>	
УЖИН	Пудинг творожный	150	9,14	8,76	25,33	255	0,19	235
	Соус молочный (сладкий) со сгущенным молоком	30	0,29	0,68	1,99	15,23	0,05	351
	Чай с лимоном и сахаром	150	0,1	0,017	7,5	31	2,35	393
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
Итого		<b>430</b>	<b>9,93</b>	<b>9,757</b>	<b>44,32</b>	<b>332,73</b>	<b>12,59</b>	
Итого за день		<b>1534</b>	<b>42,34</b>	<b>47,837</b>	<b>209,12</b>	<b>1496,13</b>	<b>77,33</b>	

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 40 г. Благовещенска"

Основное двухнедельное меню

День: второй

Неделя: первая

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ

"ДС № 40 г. Благовещенска"

Н.В. Гаученова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Масло сливочное	5	4,15	0,05	0,05	37,4	0	149
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
	Каша вязкая манная молочная	150	2,66	5,6	18,82	101	1,46	88
	Какао с молоком	165	3	2,65	13,2	89	0,5	397
Итого		<b>350</b>	<b>11,33</b>	<b>8,42</b>	<b>29,33</b>	<b>272,6</b>	<b>1,96</b>	
2-ой завтрак	Сок фруктовый и ягодный	<b>125</b>	<b>0,6</b>	<b>0</b>	<b>15,8</b>	<b>90</b>	<b>49</b>	<b>389</b>
ОБЕД	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,36	0,05	1,13	6,3	4,5	70
	Суп картофельный с яйцом "волна" на мясокостном б.	150	5,2	4,24	11,62	134,1	8,53	214
	Котлета мясная	50	3,83	4,81	14,8	141,75	0,38	100
	Каша пшеничная рассыпчатая	100	2,44	2,9	24,56	110,67	0,57	125
	Компот из сухофруктов или кураги	150	0,12	0	18,22	61,6	0,6	376
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
Итого		<b>530</b>	<b>13,47</b>	<b>12,12</b>	<b>80,79</b>	<b>499,62</b>	<b>14,58</b>	
Полдник	Кондитерские изделия	80	3,7	5	27,9	203	0	
	Кисломолочная продукция	150	5	7,2	7,56	120,6	0,54	530
Итого		<b>230</b>	<b>8,7</b>	<b>12,2</b>	<b>35,46</b>	<b>323,6</b>	<b>0,54</b>	
УЖИН	Макароны отварные с сыром	110	6,49	14,005	17,71	198,9	0,135	206
	Салат из свежих огурцов с луком	40	0,44	0,055	1,87	7,7	0,5	411
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,1	0,017	7,5	31	2,35	393
	Хлеб ржаной	20	0,57	0,5	5,39	24	0	
Итого		<b>450</b>	<b>8</b>	<b>14,877</b>	<b>41,97</b>	<b>293,1</b>	<b>12,985</b>	
Итого за день		<b>1685</b>	<b>42,1</b>	<b>47,617</b>	<b>203,35</b>	<b>1478,92</b>	<b>79,065</b>	

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 40 г. Благовещенска"

Основное двухнедельное меню

День: третий

Неделя: первая

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ

"ДС № 40 г. Благовещенска"

Н.В. Гаученова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Масло сливочное	5	4,15	0,05	0,05	37,4	0	149
	Сыр порционный	7	1,62	1,07	0	25,2	0,05	29
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,39	7,36	19,99	151,25	0,75	93
	Чай с сахаром	160	0,05	0,017	7,88	31,58	0,025	392
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
Итого		<b>352</b>	<b>9,73</b>	<b>8,617</b>	<b>38,38</b>	<b>290,63</b>	<b>0,825</b>	
2-ой завтрак	Сок фруктовый и ягодный	<b>125</b>	<b>0,6</b>	<b>0</b>	<b>15,8</b>	<b>90</b>	<b>49</b>	389
ОБЕД	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,36	0,05	1,13	6,3	4,5	70
	Рассольник Ленинградский с мясом и со сметаной	150	3,28	4,8	16,76	116,11	6,57	33
	Картофель отварной с маслом	90	2,1	3,4	16,5	106	4	321
	Котлета рыбная	50	8,61	5,45	13,33	94	0,18	255
	Компот из сухофруктов или кураги	150	0,12	0	18,22	61,6	0,6	376
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
Итого		<b>520</b>	<b>15,99</b>	<b>13,82</b>	<b>76,4</b>	<b>429,21</b>	<b>15,55</b>	
Полдник	Кондитерские изделия	60	1,82	3,13	11,48	89	0	
	Кисломолочная продукция	150	5	7,2	7,56	120,6	0,54	530
Итого		<b>210</b>	<b>6,82</b>	<b>10,33</b>	<b>19,04</b>	<b>209,6</b>	<b>0,54</b>	
УЖИН	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,68	3,71	5,4	50,16	12,25	14
	Запеканка из печени с крупой	130	6,5	10,9	12,51	243	8,71	294
	Напиток из шиповника	150	0,5	0,2	15,6	65,8	75	398
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
Итого		<b>460</b>	<b>9,6</b>	<b>15,23</b>	<b>53,47</b>	<b>435,66</b>	<b>105,96</b>	
Итого за день		<b>1667</b>	<b>42,74</b>	<b>47,997</b>	<b>203,09</b>	<b>1455,1</b>	<b>171,875</b>	

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 40 г. Благовещенска"

Основное двухнедельное меню

День: четвертый

Неделя: первая

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ

"ДС № 40 г. Благовещенска"

Н.В. Гаученова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Масло сливочное	5	4,15	0,05	0,05	37,4	0	149
	Каша кукурузная вязкая молочная	150	6,45	5,4	23,55	162,53	0	226
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
	Кофейный напиток с молоком	165	2,35	2	10,64	70	0,98	395
Итого		<b>350</b>	<b>14,47</b>	<b>7,57</b>	<b>44,7</b>	<b>315,13</b>	<b>0,98</b>	
2-ой завтрак	Сок фруктовый и ягодный	125	0,6	0	15,8	90	49	389
ОБЕД	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,36	0,05	1,13	6,3	4,5	70
	Свекольник с курицей и со сметаной	150	2,88	8,3	8,3	113,4	7,97	34
	Каша гречневая рассыпчатая	100	3,9	6,7	19,6	121	0	165
	Компот из сухофруктов или кураги	150	0,12	0	18,22	61,6	0,6	376
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
	Гуляш из кур	60	6,03	8,73	21,11	177	4,5	487
Итого		<b>540</b>	<b>14,81</b>	<b>23,9</b>	<b>78,82</b>	<b>524,5</b>	<b>17,57</b>	
Полдник	Вафля	44	2,69	3,49	17,03	131	0	
	Кисломолочная продукция	150	5	7,2	7,56	120,6	0,54	530
Итого		<b>194</b>	<b>7,69</b>	<b>10,69</b>	<b>24,59</b>	<b>251,6</b>	<b>0,54</b>	
УЖИН	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	2,98	5,11	12,26	151	6,72	83
	Гренки из ржаного хлеба	15	1,52	0,12	10,23	52,74	0	185
	Плоды и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,1	0,017	7,5	31	2,35	393
Итого		<b>445</b>	<b>5</b>	<b>5,547</b>	<b>39,49</b>	<b>266,24</b>	<b>19,07</b>	

Итого за день			<b>1654</b>	<b>42,57</b>	<b>47,707</b>	<b>203,4</b>	<b>1447,47</b>	<b>87,16</b>	
---------------	--	--	-------------	--------------	---------------	--------------	----------------	--------------	--

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 40 г. Благовещенска"

**Основное двухнедельное меню**

УТВЕРЖДАЮ

День: пятый

Заведующий МАДОУ

Неделя: первая

"ДС № 40 г. Благовещенска"

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

\_\_\_\_\_  
Н.В. Гаученова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Масло сливочное	5	4,15	0,05	0,05	37,4	0	149
	Сыр порционный	7	1,62	1,07	0	25,2	0,05	29
	Какао с молоком	165	3	2,65	13,2	89	0,5	397
	Каша жидкая молочная с геркулесом	150	6,5	5,4	23,7	163,8	0,68	185
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
Итого		<b>357</b>	<b>13,79</b>	<b>9,29</b>	<b>34,21</b>	<b>360,6</b>	<b>1,23</b>	
2-ой завтрак	Компот из свежемороженных ягод	<b>100</b>	<b>0,06</b>	<b>0,06</b>	<b>14,94</b>	<b>61,8</b>	<b>2,4</b>	<b>437</b>
ОБЕД	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,36	0,05	1,13	6,3	4,5	70
	Суп картофельный клецками на мясокостном бульоне	150	1,4	8,7	12,9	105,02	7,2	77
	Гороховое пюре с мясом	150	7,58	9,85	25,5	156,7	6,23	109
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
	Компот из свежемороженных ягод	150	0,06	0,06	14,94	61,8	2,4	437
Итого		<b>530</b>	<b>10,92</b>	<b>18,78</b>	<b>64,93</b>	<b>375,02</b>	<b>20,33</b>	
Полдник	пряник	50	6,8	3,69	20,98	156,3	0,26	
	Кисломолочная продукция	150	5	7,2	7,56	120,6	0,54	530
Итого		<b>200</b>	<b>11,8</b>	<b>10,89</b>	<b>28,54</b>	<b>276,9</b>	<b>0,8</b>	
УЖИН	Салат из зеленого горошка и кукурузы с луком репчатым	60	1,98	4,38	21,85	83,6	11	21
	Запеканка рыбная с рисом	130	2,11	3,81	24,8	189,75	0,34	134
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,1	0,017	7,5	31	2,35	393
	Хлеб ржаной	20	0,57	0,5	5,39	24	0	
Итого		<b>390</b>	<b>2,78</b>	<b>8,707</b>	<b>59,54</b>	<b>328,35</b>	<b>13,69</b>	

Ито за день			1577	39,35	47,727	202,16	1402,67	38,45	
-------------	--	--	------	-------	--------	--------	---------	-------	--

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 40 г. Благовещенска"

**Основное двухнедельное меню**

День: шестой

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ

"ДС № 40 г. Благовещенска"

\_\_\_\_\_  
Н.В. Гаученова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Масло сливочное	5	4,15	0,05	0,05	37,4	0	149
	Сыр порционный	7	1,62	1,07	0	25,2	0,05	29
	Каша вязкая рисовая молочная	150	2,66	7,6	19,56	144	1,46	173
	Кофейный напиток с молоком	165	2,35	2	10,64	70	0,98	395
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
<b>Итого</b>		<b>357</b>	<b>12,3</b>	<b>10,84</b>	<b>40,71</b>	<b>321,8</b>	<b>2,49</b>	
2-ой завтрак	Сок фруктовый и ягодный	125	0,6	0	15,8	90	49	389
ОБЕД	Щи из свежей капусты, с мясом, фасолью и со сметаной	150	1,97	3,13	17,15	89,18	11,66	56
	Гуляш из говядины	60	7,58	8,75	22,04	183,12	0,84	259
	Компот из сухофруктов или кураги	150	0,12	0	18,22	61,6	0,6	376
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
	Каша гречневая рассыпчатая	100	3,9	6,7	19,6	121	0	165
<b>Итого</b>		<b>500</b>	<b>15,09</b>	<b>18,7</b>	<b>87,47</b>	<b>500,1</b>	<b>13,1</b>	
Полдник	Сдоба	50	5,4	6,8	21,3	167	0,11	
	Кисломолочная продукция	150	5	7,2	7,56	120,6	0,54	530
<b>Итого</b>		<b>200</b>	<b>10,4</b>	<b>14</b>	<b>28,86</b>	<b>287,6</b>	<b>0,65</b>	
УЖИН	Суп картофельный с сайрой	150	0,18	1,1	11,19	119	5,6	44
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,1	0,017	7,5	31	2,35	393
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
	Яйцо куриное отварное	60	2,6	2,4	2	61,4	0	150
<b>Итого</b>		<b>430</b>	<b>4,4</b>	<b>3,637</b>	<b>31,15</b>	<b>256,6</b>	<b>7,95</b>	

Ито за день			<b>1612</b>	<b>42,79</b>	<b>47,177</b>	<b>203,99</b>	<b>1456,1</b>	<b>73,19</b>	
-------------	--	--	-------------	--------------	---------------	---------------	---------------	--------------	--

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 40 г. Благовещенска"

**Основное двухнедельное меню**

День: седьмой

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ

"ДС № 40 г. Благовещенска"

\_\_\_\_\_ Н.В. Гаученова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Масло сливочное	5	4,15	0,05	0,05	37,4	0	149
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
	Каша вязка молочная "Дружба"	150	3,66	4,79	20,78	150,75	1,46	84
	Какао с молоком	165	3	2,65	13,2	89	0,5	397
Итого		<b>350</b>	<b>12,33</b>	<b>7,61</b>	<b>31,29</b>	<b>322,35</b>	<b>1,96</b>	
2-ой завтрак	Сок фруктовый и ягодный	<b>125</b>	<b>0,6</b>	<b>0</b>	<b>15,8</b>	<b>90</b>	<b>49</b>	<b>389</b>
ОБЕД	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,36	0,05	1,13	6,3	4,5	70
	Суп картофельный с бобовыми и мясом	150	1,33	5,35	14,51	94,17	4,83	47
	Котлета мясная	50	3,83	4,81	24,8	141,75	0,38	100
	Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,36	5,2	25,6	134,1	0	204
	Компот из свежемороженых ягод	150	0,06	0,06	14,94	61,8	2,4	437
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
Итого		<b>530</b>	<b>10,46</b>	<b>15,59</b>	<b>91,44</b>	<b>483,32</b>	<b>12,11</b>	
Полдник	Кондитерские изделия	50	1,82	3,13	26,48	158,29	0	
	Кисломолочная продукция	150	5	7,2	7,56	120,6	0,54	530
Итого		<b>200</b>	<b>6,82</b>	<b>10,33</b>	<b>34,04</b>	<b>278,89</b>	<b>0,54</b>	
УЖИН	Флоды и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
	Сырники из творога	130	11,97	13,72	23,41	237,47	0,6	157
	Соус молочный (сладкий) со сгущенным молоком	30	0,29	0,68	1,99	15,23	0,05	351
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,1	0,017	7,5	31	2,35	393
Итого		<b>440</b>	<b>12,36</b>	<b>14,417</b>	<b>30,91</b>	<b>268,47</b>	<b>2,95</b>	

Ито за день			<b>1645</b>	<b>42,57</b>	<b>47,947</b>	<b>203,48</b>	<b>1443,03</b>	<b>66,56</b>	
-------------	--	--	-------------	--------------	---------------	---------------	----------------	--------------	--

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

"Детский сад № 40 г. Благовещенска"

**Основное двухнедельное меню**

УТВЕРЖДАЮ

День: восьмой

Заведующий МАДОУ

Неделя: вторая

"ДС № 40 г. Благовещенска"

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

\_\_\_\_\_  
Н.В. Гаученова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Масло сливочное	5	4,15	0,05	0,05	37,4	0	149
	Каша вязкая манная молочная	150	4,9	5,4	22,7	153,8	0,68	88
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
	Кофейный напиток с молоком	165	2,35	2	10,64	70	0,98	395
	Сыр порционный	7	1,62	1,07	0	25,2	0,05	29
Итого		<b>357</b>	<b>14,54</b>	<b>8,64</b>	<b>43,85</b>	<b>331,6</b>	<b>1,71</b>	
2-ой завтрак	Сок фруктовый и ягодный	<b>125</b>	<b>0,6</b>	<b>0</b>	<b>15,8</b>	<b>90</b>	<b>49</b>	389
ОБЕД	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,36	0,05	1,13	6,3	4,5	70
	Рассольник Ленинградский с мясом и со сметаной	150	3,28	4,8	16,76	116,11	6,57	33
	Котлета рыбная	50	8,61	5,45	13,33	94	0,18	255
	Рис припущенный	90	1,44	6,9	15,56	134,1	0	316
	Компот из сухофруктов или кураги	150	0,12	0	18,22	61,6	0,6	376
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
Итого		<b>520</b>	<b>15,33</b>	<b>17,32</b>	<b>75,46</b>	<b>457,31</b>	<b>11,85</b>	
Полдник	Вафля	44	2,69	3,49	17,03	131	0	
	Кисломолочная продукция	150	5	7,2	7,56	120,6	0,54	530
Итого		<b>194</b>	<b>7,69</b>	<b>10,69</b>	<b>24,59</b>	<b>251,6</b>	<b>0,54</b>	
	Икра кабачковая (промышленного производства)	40	0,18	1,12	1,7	33,8	2,2	93
	Омлет натуральный с маслом	100	2,21	9,01	11,3	125	0,39	110
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
	Напиток из шиповника	150	0,5	0,2	15,6	65,8	75	398
	Хлеб ржаной	20	0,57	0,5	5,39	24	0	
Итого		<b>410</b>	<b>3,86</b>	<b>11,13</b>	<b>43,49</b>	<b>280,1</b>	<b>87,59</b>	



Итого за день			<b>1606</b>	<b>42,02</b>	<b>47,78</b>	<b>203,19</b>	<b>1410,61</b>	<b>150,69</b>	
---------------	--	--	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------	---------------	--

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 40 г. Благовещенска"

**Основное двухнедельное меню**

День: девятый

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ

"ДС № 40 г. Благовещенска"

\_\_\_\_\_  
Н.В. Гаученова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Масло сливочное	5	4,15	0,05	0,05	37,4	0	149
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
	Каша гречневая молочная жидкая	150	2,49	6,07	12,5	159,75	0,45	63
	Какао с молоком	165	3	2,65	13,2	89	0,5	397
Итого		<b>350</b>	<b>11,16</b>	<b>8,89</b>	<b>23,01</b>	<b>331,35</b>	<b>0,95</b>	
2-ой завтрак	Сок фруктовый и ягодный	<b>125</b>	<b>0,6</b>	<b>0</b>	<b>15,8</b>	<b>90</b>	<b>49</b>	389
ОБЕД	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,36	0,05	1,13	6,3	4,5	70
	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	150	3,3	2,7	8,5	159,6	4,83	52
	Картофель тушеный с печенью	100	7,86	13,65	33,63	166,54	4	393
	Компот из сухофруктов или кураги	150	0,12	0	18,22	61,6	0,6	376
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
Итого		<b>480</b>	<b>13,16</b>	<b>16,52</b>	<b>71,94</b>	<b>439,24</b>	<b>13,93</b>	
Полдник	Печенье	34	3,7	3,76	41,1	203	0	
	Кисломолочная продукция	150	5	7,2	7,56	120,6	0,54	530
Итого		<b>184</b>	<b>8,7</b>	<b>10,96</b>	<b>48,66</b>	<b>323,6</b>	<b>0,54</b>	
УЖИН	Салат из свеклы с чесноком	80	0,7	3,08	2,27	42,75	2,14	7
	Тефтеля мясная	50	6,89	7,5	19,5	151,5	0,5	286
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
	Хлеб ржаной	20	0,57	0,5	5,39	24	0	
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,1	0,017	7,5	31	2,35	393
Итого		<b>430</b>	<b>8,66</b>	<b>11,397</b>	<b>44,16</b>	<b>280,75</b>	<b>14,99</b>	

Итого за день			<b>1569</b>	<b>42,28</b>	<b>47,767</b>	<b>203,57</b>	<b>1464,94</b>	<b>79,41</b>
---------------	--	--	-------------	--------------	---------------	---------------	----------------	--------------

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 40 г. Благовещенска"

**Основное двухнедельное меню**

УТВЕРЖДАЮ

День: десятый

Заведующий МАДОУ

Неделя: вторая

"ДС № 40 г. Благовещенска"

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

\_\_\_\_\_ Н.В. Гаученова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Масло сливочное	5	4,15	0,05	0,05	37,4	0	149
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,07	7,81	19,4	168,7	0,68	311
	Чай с сахаром	160	0,05	0,017	7,88	31,58	0,025	392
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
	Сыр порционный	7	1,62	1,07	0	25,2	0,05	29
<b>Итого</b>		<b>352</b>	<b>12,41</b>	<b>9,067</b>	<b>37,79</b>	<b>308,08</b>	<b>0,755</b>	
2-ой завтрак	Компот из свежемороженных ягод	150	0,78	0	20,22	80,6	0,6	376
ОБЕД	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,36	0,05	1,13	6,3	4,5	70
	Суп шахтерский с мясом и со сметаной	150	1,88	3,3	15,74	93,4	6,3	101
	Голубцовая масса с курицей	150	6,7	14,94	15,74	206	8,4	382
	Компот из свежемороженных ягод	150	0,78	0	20,22	80,6	0,6	376
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
<b>Итого</b>		<b>530</b>	<b>11,24</b>	<b>18,41</b>	<b>63,29</b>	<b>431,5</b>	<b>19,8</b>	
Полдник	пряник	50	4,8	3,69	23,98	156,3	0,26	
	Кисломолочная продукция	150	5	7,2	7,56	120,6	0,54	530
<b>Итого</b>		<b>200</b>	<b>9,8</b>	<b>10,89</b>	<b>31,54</b>	<b>276,9</b>	<b>0,8</b>	
УЖИН	Салат из свежих помидор	40	0,62	2,45	5,4	46,16	3,1	14
	Лапшевник с печенью	100	6,28	5,87	23,01	207,35	4,57	70
	Плоды и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
	Хлеб ржаной	20	0,57	0,5	5,39	24	0	
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,1	0,017	7,5	31	2,35	393
<b>Итого</b>		<b>440</b>	<b>7,97</b>	<b>9,137</b>	<b>50,8</b>	<b>340,01</b>	<b>20,02</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1672</b>	<b>42,2</b>	<b>47,504</b>	<b>203,64</b>	<b>1437,09</b>	<b>41,975</b>	

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в разработанном меню были использованы следующие источники.

организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 2000г

3.Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

4. Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях. Методические указания города Москвы, 2007(№3)





















От 1 года до 3 лет

**Анализ выполнения норм потребления пищевых веществ, витаминов и минеральных веществ**

дни недели	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал 1400	Витамины С
	Б 42	Ж 47	У 203		
День первый	42,34	47,837	209,12	1496,13	77,33
День второй	42,1	47,617	203,35	1478,92	79,065
День третий	42,74	47,997	203,09	1455,1	171,875
День четвертый	42,57	47,707	203,4	1447,47	87,16
День пятый	39,35	47,727	202,16	1402,67	38,45
День шестой	42,79	47,177	203,99	1456,1	73,19
День седьмой	42,57	47,947	203,48	1443,03	66,56
День восьмой	42,02	47,78	203,19	1410,61	150,69
День девятый	42,28	47,767	203,57	1464,94	79,41
День десятый	42,2	47,504	203,64	1437,09	41,975
Среднее	42,10	47,71	203,90	1449,21	86,57
Содержание Б,Ж,У в меню за период в % от калорийности					

старшики

### Анализ выполнения норм потребления пищевых веществ, витаминов и

дни недели	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины
	Б 54	Ж 60	У261	Ккал 1800	С
День первый	#ССЫЛКА!	#####	#####	#####	#ССЫЛКА!
День второй	#ССЫЛКА!	#####	#####	#####	#ССЫЛКА!
День третий	#ССЫЛКА!	#####	#####	#####	#ССЫЛКА!
День четвертый	#ССЫЛКА!	#####	#####	#####	#ССЫЛКА!
День пятый	#ССЫЛКА!	#####	#####	#####	#ССЫЛКА!
День шестой	#ССЫЛКА!	#####	#####	#####	#ССЫЛКА!
День седьмой	#ССЫЛКА!	#####	#####	#####	#ССЫЛКА!
День восьмой	#ССЫЛКА!	#####	#####	#####	#ССЫЛКА!
День девятый	#ССЫЛКА!	#####	#####	#####	#ССЫЛКА!
День десятый	#ССЫЛКА!	#####	#####	#####	#ССЫЛКА!
Среднее	#ССЫЛКА!	#####	#####	#####	#ССЫЛКА!
Содержание Б,Ж,У в меню за период в % от калорийности					

### ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ

Наименование группы продуктов	Фактически выдано продуктов в нетто по дням в (граммах) на одного человека										
	1-ый	2-ой	3-ий	4-ый	5-ый	6-ой	7-ой	8-ой	9-ый	10-ый	в среднем за 10 дней
молоко, кисломолочн.	411	437	378	395	345	431	492	387	336	345	395,7
творог и твор. изд	0	35	0	92	23	23	78	34	0	0	28,5
сметана	5	0	9	5	20	5	8	3	8	22	8,5
сыр	0	0	10	0	10	0	10	0	16	15	6,1
мясо (мякоть)	65	32	60	89	20	34	89	19	41	43	49,2
птица	0	0	0	0	93,6	0	0	115	0	0	20,86
рыба (филе)	46	43	25	46	0	0	46	0	46	48	30
колбасные изд	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
яйцо	0	22	2	19	50	15	18	45	9	11	19,1
картофель	97	30	125	86	170	20	164	140	237	100	116,9
овощи, зелень	155	110	225	190	225	195	255	205	200	195	195,5
фрукты свежие	16	154	100	115	102,5	100	130	15	100	100	93,25
фрукты сухие	30	20	0	0	15	15	0	15	15	15	12,5
сок	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
хлеб ржаной	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
хлеб пшеничный	71	60	64	72	60	87	60	64	72	60	67
крупы, бобовые	59	63	40	36	8,5	55	15	35	22	9	34,25
макаронные изд	0	0	15	0	34	0	0	0	0	34	8,3
масло сливочное	18	20	15	10	20	20	15	27	10	25	18
масло растительное	7	8	5	8	5	12	15	6	16	11	9,3
чай	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	0,5	0	0,5	0,5	0,5
какао	0	2	0	0	0	2	0	0	2	0	0,6
кофейный напиток	0	0	2	0	0	0	2	0	0	2	0,6
сахар	35	38	54	36	26	37	33	43	36	35	37,3

### ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ

Наименование группы продуктов	Фактически выдано продуктов в нетто по дням в (граммах) на одного человека										в среднем за 10 дней
	1-ый	2-ой	3-ий	4-ый	5-ый	6-ой	7-ой	8-ой	9-ый	10-ый	
молоко, кисломолочн.	465	486	418	385	330,5	442	536	383	365	493	430,35
творог и твор. изд	0	70	0	118	0	117	0	50,3	0	26	38,13
сметана	10	0	10	10	27	10	0	3	10	25	10,5
сыр	15	0	15	0	5	0	15	0	24	10	8,4
мясо (мякоть)	80,7	0	89,9	117	28	0	98	25,5	65	61	56,51
птица	0	25	0	0	101	0	0	115	0	0	24,1
рыба (филе)	53	49	28,2	53	0	53	0	0	53	64	35,32
колбасные изд	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
яйцо	0	44	1	20	62	19	62	20	10	14	25,2
картофель	143	50	177	120	198	200	24	176	285	123	149,6
овощи, зелень	220	200	220	310	240	160	330	320	220	240	246
фрукты свежие	124	100	161	118	103,5	100	136	18	100	18	97,85
фрукты сухие	36	23,8	0	0	18	18	0	18	18	0	13,18
сок	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
хлеб ржаной	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
хлеб пшеничный	90	80	85	94	80	94	80	85	94	80	86,2
крупы, бобовые	75	84	65	64	15	20	20	55	26	12	43,6
макаронные изд	0	0	16	0	51	0	0	36	0	51	15,4
масло сливочное	29,5	24,3	12,8	17,7	16,7	31,4	17	42	20	37,5	24,89
масло растительное	8	11	10	9	6,5	5	20	17	11	8	10,55
чай	0,6	0,6	0,6	0,6	1,2	0,6	0,6	0	0,6	0,6	0,6
какао	0	2	0	0	0	2	0	0	2	0	0,6
кофейный напиток	0	0	3	0	0	0	3	0	0	3	0,9
сахар	48,4	52,7	63,5	47	36,4	50,4	44,8	53,3	36,7	53	48,62



Суммарный объем блюд (1-3)

	завтрак 350	2 завтрак 100	обед 450	полдник 200	ужин 400	итого
1 день	345	125	450	184	430	1534
2 день	350	125	530	230	450	1685
3 день	352	125	520	210	460	1667
4 день	350	125	540	194	445	1654
5 день	357	100	530	200	390	1577

6 день	357	125	500	200	430	1612
7 день	350	125	530	200	440	1645
8 день	357	125	520	194	410	1606
9 день	350	125	480	184	430	1569
10 день	352	150	530	200	440	1672