

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

Основное двухнедельное меню

День: десятый

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 |
| | Паста творожная 8% | 180 | 6,08 | 8,36 | 34,18 | 269,98 | 1,62 | 311 |
| | Кофе сладкий | 150 | 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 | | 365 | 11,8 | 8,547 | 52,57 | 384,16 | 1,645 | |
| 2-ой завтрак | Сок фруктовый и ягодный | 125 | 0,6 | 0 | 15,8 | 67,5 | 2,5 | 134 |
| ОБЕД | Суп шахтерский с мясом и со сметаной | 150 | 1,88 | 3,3 | 15,74 | 93,4 | 6,3 | 101 |
| | Голубцовая масса с курицей | 150 | 7,7 | 14,94 | 15,74 | 246,3 | 8,4 | 382 |
| | Компот из св/м ягод | 150 | 0,1 | 0 | 20 | 77,8 | 0,05 | 383 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 1,52 | 0,12 | 10,46 | 45,2 | 0 | |
| Итого | | 490 | 11,2 | 18,36 | 61,94 | 384,9 | 14,75 | |
| Полдник | Кондитерские изделия | 50 | 4,8 | 3,69 | 23,98 | 156,3 | 0,26 | |
| | Кисломолочная продукция | 150 | 5 | 7,2 | 7,56 | 120,6 | 0,54 | 530 |
| Итого | | 200 | 9,8 | 10,89 | 31,54 | 276,9 | 0,8 | |
| УЖИН | Салат из свежего огурца с зеленым горошком | 60 | | | | | | |
| | Макаронные изделия отварные с маслом | 90 | 7,28 | 5,87 | 28,01 | 207,35 | | 204 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 0,57 | 0,5 | 5,39 | 24 | 0 | |
| | Чай с лимоном и сахаром | 150 | 0,1 | 0,017 | 7,5 | 31 | 2,35 | 393 |
| Итого | | 330 | 7,95 | 6,387 | 40,9 | 262,35 | 2,35 | |
| Итого за день | | 1510 | 41,35 | 44,184 | 202,75 | 1375,81 | 22,045 | |

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

"Детский сад № 40 г. Благовещенска"

Основное двухнедельное меню

День: десятый

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 3 до 7 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 | 8 | 6,64 | 0,08 | 0,08 | 59,84 | 0 | 149 |
| | Паста творожная 8% | 180 | 6,08 | 8,36 | 34,18 | 269,98 | 1,62 | 311 |
| | Кофе сладкий | 200 | 0,06 | 0,02 | 9,46 | 37,89 | 0,03 | 392 |
| | Батон нарезной | 30 | 1,52 | 0,12 | 10,46 | 45,2 | 0 | 117 |
| Итого | | 418 | 14,3 | 8,58 | 54,18 | 412,91 | 1,65 | |
| 2-ой завтрак | Соки фруктовые и ягодные | 100 | 0,5 | 0 | 11,7 | 47 | 2 | 134 |
| ОБЕД | Суп шахтерский с мясом и со сметаной | 200 | 2,15 | 4,04 | 23,67 | 158,4 | 7,87 | 101 |
| | Голубцовая масса с курицей | 200 | 8,63 | 18,25 | 33,63 | 278,29 | 10,87 | 382 |
| | Компот из св/м ягод | 200 | 0,1 | 0 | 26,8 | 104,5 | 0,07 | 383 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 2,13 | 0,33 | 13,92 | 68,7 | 0 | |
| | Итого | | 660 | 13,01 | 22,62 | 98,02 | 609,89 | 18,81 |
| Полдник | Кондитерские изделия (пряник) | 50 | 4,8 | 3,69 | 23,98 | 156,3 | 0,26 | |
| | Кисломолочная продукция | 200 | 5,08 | 7,9 | 8 | 125,8 | 0,82 | 530 |
| Итого | | 250 | 9,88 | 11,59 | 31,98 | 282,1 | 1,08 | |
| УЖИН | Салат из свежих овощей | 60 | | | | | | |
| | Макаронные изделия отварные с маслом | 130 | 11,2 | 10,6 | 44,39 | 277 | | 204 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 37 | 2,83 | 393 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 0,69 | 0,9 | 7,81 | 29 | 0 | |
| Итого | | 420 | 12,01 | 11,52 | 62,4 | 343 | 2,83 | |
| Итого за день | | 1848 | 49,7 | 54,31 | 258,28 | 1694,9 | 26,37 | |