

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

**Основное двухнедельное меню**

День: восьмой

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
	Каша вязкая манная молочная	150	3,9	5,4	26,7	152,8	0,68	88
	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
	Сыр порционный	7	1,62	1,07	0	25,2	0,05	29
Итого		<b>352</b>	<b>13,54</b>	<b>8,64</b>	<b>47,85</b>	<b>330,6</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>67,5</b>	<b>2,5</b>	134
ОБЕД	Рассольник Ленинградский с мясом и со сметаной	150	3,28	4,8	16,76	116,11	6,57	33
	Рыба тушеная с овощами	50	7,6	4,5	5,2	112,3	1,87	144
	Рис припущенный	110	2,94	7,9	15,56	165,1	0	316
	Кисель	150	0,1	0	20	77,8	0,05	383
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
Итого		<b>500</b>	<b>15,44</b>	<b>17,32</b>	<b>67,98</b>	<b>438,71</b>	<b>6,62</b>	
Полдник	Кондитерские изделия	40	2,69	3,49	17,03	131	0	
	Чай сладкий	160						
Итого		<b>200</b>	<b>2,69</b>	<b>3,49</b>	<b>17,03</b>	<b>131</b>	<b>0</b>	
	Салат из кукурузы с луком репчатым	40	2,22	3,77	4,81	130,7	0,66	114
	Омлет натуральный с маслом	110	3,21	6,01	11,3	135,9	0,39	110
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
	Напиток из плодов шиповника	180	0,5	0,2	15,6	65,8	11	398
	Хлеб ржаной	30	0,57	0,5	5,39	24	0	
Итого		<b>460</b>	<b>4,68</b>	<b>10,78</b>	<b>46,6</b>	<b>387,9</b>	<b>22,05</b>	
Итого за день		<b>1637</b>	<b>36,95</b>	<b>40,23</b>	<b>195,26</b>	<b>1355,71</b>	<b>32,88</b>	

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

**Основное двухнедельное меню**

День: восьмой

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
	Сыр порционный	10	2,32	2,95	0	36	0,03	29
	Каша вязкая манная молочная	200	5,01	6,09	37,39	192,55	1,95	88
	Кофейный напиток с молоком	200	2,81	2,39	12,76	84,01	1,17	395
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
Итого		<b>448</b>	<b>18,3</b>	<b>11,63</b>	<b>60,69</b>	<b>417,6</b>	<b>3,15</b>	
2-ой завтрак	Соки фруктовые и ягодные	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>11,7</b>	<b>47</b>	<b>2</b>	134
ОБЕД	Рассольник Ленинградский, с мясом и со сметаной	200	4,1	7,16	20,93	175,6	8,2	33
	Рис припущенный	130	3,6	8,6	27,7	218,7	0	316
	Рыба тушеная с овощами	80	8,19	7,35	7,01	113,81	2,01	144
	Кисель	200	0,1	0	26,8	104,5	0,07	383
	Хлеб пшеничный	60	2,13	0,33	13,92	68,7	0	
Итого		<b>720</b>	<b>18,12</b>	<b>23,44</b>	<b>96,36</b>	<b>681,31</b>	<b>10,28</b>	
Полдник	Чай сладкий	200	5,08	7,9	8	125,8	0,82	530
	Кондитерские изделия	40	2,69	3,49	17,03	131	0	
Итого		<b>240</b>	<b>7,77</b>	<b>11,39</b>	<b>25,03</b>	<b>256,8</b>	<b>0,82</b>	
УЖИН	Омлет натуральный с маслом	130	4,99	8,3	20,4	146,25	0,49	110
	Салат из кукурузы с луком репчатым	70	2,97	5,24	9,51	158	1	114
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
	Напиток из плодов шиповника	200	0,61	0,25	18,67	79	17	398
	Хлеб ржаной	30	0,69	0,9	7,81	29	0	
Итого		<b>530</b>	<b>9,66</b>	<b>14,99</b>	<b>65,89</b>	<b>443,75</b>	<b>28,49</b>	
Итого за день		<b>2088</b>	<b>54,35</b>	<b>61,45</b>	<b>259,67</b>	<b>1846,46</b>	<b>44,74</b>	