

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	3,99	7,57	13,5	161,75	0,45	63
	Какао с молоком	165	3	2,65	13,2	89	0,5	397
Итого		<b>350</b>	<b>12,66</b>	<b>10,39</b>	<b>24,01</b>	<b>333,35</b>	<b>0,95</b>	
2-ой завтрак	Сок фруктовый и ягодный	125	0,6	0	15,8	67,5	2,5	134
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	14,5	159,6	4,83	52
	Картофель тушеный с печенью	150	6,86	12,65	36,63	166,54	4	55
	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>12,16</b>	<b>15,52</b>	<b>80,94</b>	<b>439,24</b>	<b>13,93</b>	
Полдник	Кондитерские изделия (вафли)	40	3,7	3,76	41,1	203	0	
	Кисломолочная продукция	160	5	7,2	7,56	120,6	0,54	530
Итого		<b>200</b>	<b>8,7</b>	<b>10,96</b>	<b>48,66</b>	<b>323,6</b>	<b>0,54</b>	
УЖИН	Свекла из свеклы с чесноком и растительным маслом	60	0,7	2,08	2,27	42,75	2,14	7
	Тефтеля мясная	60	6,89	8	18,57	151,5	0,5	286
	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		<b>300</b>	<b>8,26</b>	<b>10,597</b>	<b>33,73</b>	<b>249,25</b>	<b>4,99</b>	
Итого за день		<b>1505</b>	<b>42,38</b>	<b>47,467</b>	<b>203,14</b>	<b>1412,94</b>	<b>22,91</b>	

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

**Основное двухнедельное меню**

День: девятый

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
	Каша гречневая молочная жидкая	200	5,26	8,49	20,89	242,38	0,74	63
	Какао с молоком	200	3,67	3,19	15,82	107	0,6	397
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
Итого		<b>438</b>	<b>17,09</b>	<b>11,88</b>	<b>47,25</b>	<b>454,42</b>	<b>1,34</b>	
2-ой завтрак	Соки фруктовые и ягодные	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>11,7</b>	<b>47</b>	<b>2</b>	134
ОБЕД	Овощи натуральные солёны или свежие	60	0,48	0,06	1,5	8,4	6	70
	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	200	4,05	3,16	19,92	198,87	6,05	38
	Картофель тушёный с печенью	200	12,72	21,3	51,26	333,98	4	55
	Компот из сухофруктов	200	0,22	0	22,3	76,7	0,72	376
	Хлеб пшеничный	60	2,13	0,33	13,92	68,7	0	
Итого		<b>770</b>	<b>19,6</b>	<b>24,85</b>	<b>108,9</b>	<b>686,65</b>	<b>16,77</b>	
Полдник	Кондитерские изделия (вафли)	40	3,7	3,76	41,1	203	0	
	Кисломолочные продукты	200	5,08	7,9	8	125,8	0,82	530
Итого		<b>240</b>	<b>8,78</b>	<b>11,66</b>	<b>49,1</b>	<b>328,8</b>	<b>0,82</b>	
УЖИН	Салат из отварной свеклы с чесноком и растительным маслом	80	0,79	3,08	3,2	46,7	2,14	7
	Тефтеля мясная	80	6,89	8	23,57	151,5	0,5	286
	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		<b>390</b>	<b>8,49</b>	<b>12</b>	<b>44,78</b>	<b>264,2</b>	<b>5,47</b>	
Итого за день		<b>1938</b>	<b>54,46</b>	<b>60,39</b>	<b>261,73</b>	<b>1781,07</b>	<b>26,4</b>	