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

## Основное двухнедельное меню

День: третий Неделя: первая

день

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МАДОУ "ДС № 40 г. Благовещенска" Н.В. Гаученова

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

Пищевые вещества (г) Энергети Витамин Выход Nº ческая блюда Жиры Белки Углеводы ценность С Прием пиши Наименование блюда рецептуры 5 4,15 37,4 Масло сливочное 0,05 0,05 149 **3ABTPAK** 10 Сыр 170 Суп молочный с макаронными изделиями 4.39 6.96 24.99 171.25 0.75 93 150 392 Кофе сладкий 0,05 0,017 7,88 31,58 0,025 45,2 30 117 Батон нарезной 1,52 0,12 10,46 10,11 285,43 365 7.147 43.38 0,775 Итого 2-ой Сок фруктовый и ягодный 125 0 15.8 67.5 завтрак 0.6 2,5 134 Рассольник Ленинградский с мясом и со сметаной 150 3,28 16,76 116,11 6,57 33 4,8 ОБЕД 321 Картофель отварной 70 2,1 4,4 20,5 136 50 6,61 5,45 13,33 104 255 Котлета рыбная 0.18 Компот из сухофруктов 150 0.12 61.6 0,6 376 18.22 0.12 45.2 Хлеб пшеничный 40 1.52 10.46 13,63 14,77 79,27 462,91 460 11,05 Итого Пол Кондитерские изделия 50 1.82 3.13 11.48 89 150 31 393 0.1 0.017 2.35 Чай сладкий 7.5 2,35 120 3,147 Итого 200 1.92 18.98 0,36 0,05 1,13 6.3 4,5 70 20 Овощи натуральные соленые или свежие Рис припущенный 60 154.1 316 1.44 7.9 15.56 VXVII 40 Бефстроганов из печени 7,2 5,89 1,77 90,75 0,46 172 Напиток из плодов шиповника 150 398 0,5 0,2 15,6 65,8 11 45,2 Хлеб пшеничный 30 1.52 0.12 10.46 11,02 44,52 362.15 15,96 Итого 300 14,16 Итого за

37,28

1450

39,224

201,95

1297,99

32,635

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

Основное двухнедельное меню

День: третий Неделя: первая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МАДОУ "ДС № 40 г. Благовещенска" Н.В. Гаученова

возрастная кат	егория: с з до 7 лет							н.в. гаученова
		Пищевые вещества (г) Энергет						
		Выход				ическая	Витамин	Nº
Прием пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценност	С	рецептуры
_	Суп молочный с макаронными изделиями	200	3,85	8,81	37,99	213,6	1	93
	Масло сливочное	8	6,64	0,08	0,08	59,84	0	149
ЗАВТРАК	Сыр порционный	10	2,32	2,95	0	36	0,07	29
	Кофе с сахаром	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		448	14,39	11,98	57,99	392,53	1,1	
2-ой								
завтрак	Соки фруктовые и ягодные	100	0,5	0	11,7	47	2	134
ОБЕД	Рассольник Ленинградский, с мясом и со сметаной	200	4,1	7,16	20,93	175,6	8,2	33
	Картофель отварной	90	3,15	5,1	28,25	179		321
	Котлета рыбная	60		8,26				255
	Компот из сухофруктов	200	0,22	0		76,7		376
	Хлеб пшеничный	60	2,13	0,33	13,92	68,7		
Итого		610	18,69	20,85	110,19	631,34	14,71	
ДНИК	Чай с сахаром	200	5,08	7,9		125,8	· ' '	530
	Кондитерские изделия	50	1,82	3,13		169		
Итого		250	6,9	11,03	1	294,8	0,82	
УЖИН	Овощи натуральные солены или свежие	30	0,48	0,06	1,5	8,4	6	70
	Рис припущенный	80	3,6	8,6	27,7	218,7	0	316
	Бестроганов из печени	50	7,9	6,45	3,62	108,3	0,52	172
	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	
	Плоды и ягоды свежие	100	0,4	0,3		31,5		368
Итого		490	13,68	16,56	68,8	474,9	33,52	
Итого за								
день		1898	54,16	60,42	268,16	1840,57	52,15	