

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

Основное двухнедельное меню

День: пятый

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
	Какао с молоком	150	3	2,65	13,2	89	0,5	397
	Каша жидкая молочная с геркулесом	150	5,5	5,4	22,7	153,8	0,68	185
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
Итого		<b>335</b>	<b>14,17</b>	<b>8,22</b>	<b>33,21</b>	<b>325,4</b>	<b>1,18</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 вермишелевый на мясокостном бульоне	150	5,5	8,2	12,5	112,5	0,03	123
	Гороховое пюре с мясом	150	5,58	10,85	28,5	156,7	6,23	109
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
	Компот из сухофруктов	150	0,06	0,06	14,94	61,8	2,4	437
Итого		<b>530</b>	<b>13,02</b>	<b>19,28</b>	<b>67,53</b>	<b>382,5</b>	<b>13,16</b>	
Полдник	Кондитерские изделия (пряник)	50	3,7	3,76	41,1	203	0	
	Кисломолочная продукция	150	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	Запеканка рыбная с рисом	150	2,98	4,81	21,8	179,75	0,34	134
	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0,36	0,05	1,13	6,3	4,5	70
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,1	0,017	7,5	31	2,35	393
	Хлеб ржаной	30	0,57	0,5	5,39	24	0	
Итого		<b>410</b>	<b>4,01</b>	<b>5,377</b>	<b>35,82</b>	<b>241,05</b>	<b>7,19</b>	
Ито за день		<b>1600</b>	<b>40,5</b>	<b>43,837</b>	<b>201,02</b>	<b>1340,05</b>	<b>24,57</b>	

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

**Основное двухнедельное меню**

День: пятый

Неделя: первая

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 жидкая молочная с геркулесом	200	6,6	6,2	25,01	201,7	0,9	185
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
	Какао с молоком	200	3,67	3,19	15,82	107	0,6	397
Итого		<b>438</b>	<b>18,43</b>	<b>9,59</b>	<b>51,37</b>	<b>413,74</b>	<b>1,5</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 солены или свежие	60	0,48	0,06	1,5	8,4	6	70
	Суп картофельный с вермишелью на мясокостном бульоне	200	5,6	10,8	17,6	182,4	0,05	123
	Гороховое пюре с мясом	200	6,76	14,2	34,8	222,77	8,72	109
	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>720</b>	<b>15,19</b>	<b>25,39</b>	<b>90,12</b>	<b>558,97</b>	<b>15,49</b>	
Полдник	Кисломолочные продукты	200	5,08	7,9	8	125,8	0,82	530
	Кондитерские изделия (пряник)	50	3,7	3,76	41,1	203	0	
Итого		<b>250</b>	<b>8,78</b>	<b>11,66</b>	<b>49,1</b>	<b>328,8</b>	<b>0,82</b>	
УЖИН	Запеканка рыбная с рисом	200	3,8	5,35	38,76	221	0,42	134
	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	
	Овощи натуральные солены или свежие	60	0,48	0,06	1,5	8,4	6	70
Итого		<b>430</b>	<b>4,61</b>	<b>6,27</b>	<b>56,77</b>	<b>287</b>	<b>3,25</b>	
Итого за день		<b>1938</b>	<b>47,51</b>	<b>52,91</b>	<b>259,06</b>	<b>1635,51</b>	<b>23,06</b>	