

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		335	14,17	8,22	33,21	325,4	1,18	
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		530	13,02	19,28	67,53	382,5	13,16	
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		200	8,7	10,96	48,66	323,6	0,54	
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		410	4,01	5,377	35,82	241,05	7,19	
Ито за день		1600	40,5	43,837	201,02	1340,05	24,57	

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		438	18,43	9,59	51,37	413,74	1,5	
2-ой завтрак	Соки фруктовые и ягодные	100	0,5	0	11,7	47	2	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		720	15,19	25,39	90,12	558,97	15,49	
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		250	8,78	11,66	49,1	328,8	0,82	
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		430	4,61	6,27	56,77	287	3,25	
Итого за день		1938	47,51	52,91	259,06	1635,51	23,06	