

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		350	12,66	10,39	24,01	333,35	0,95	
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		530	12,16	15,52	80,94	439,24	13,93	
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		200	8,7	10,96	48,66	323,6	0,54	
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		300	8,26	10,597	33,73	249,25	4,99	
Итого за день		1505	42,38	47,467	203,14	1412,94	22,91	

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		438	17,09	11,88	47,25	454,42	1,34	
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 макаронными изделиями, с мясом	200	4,05	3,16	19,92	198,87	6,05	38
	Картофель тушеный 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		770	19,6	24,85	108,9	686,65	16,77	
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		240	8,78	11,66	49,1	328,8	0,82	
УЖИН	Салат из отварной свеклы с чесноком и растительным маслом	80	0,79	3,08	3,2	46,7	2,14	7
	Тефтели 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		390	8,49	12	44,78	264,2	5,47	
Итого за день		1938	54,46	60,39	261,73	1781,07	26,4	