

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

Основное двухнедельное меню

День: четвертый

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
		Каша кукурузная вязкая молочная	150	6,45	5,4	20,55	162,53	0	226
		Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
		Кофейный напиток с молоком	160	2,35	2	10,64	70	0,98	395
Итого			345	14,47	7,57	41,7	315,13	0,98	
2-ой завтрак		Сок фруктовый и ягодный	125	0,6	0	15,8	67,5	2,5	134
ОБЕД		Свекольник с курицей и со сметаной	150	2,88	9,3	8,3	113,4	7,97	34
		Каша гречневая рассыпчатая	110	3,9	6,7	19,6	121	0	165
		Кисель	150	0,1	0	20	77,8	0,05	383
		Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
		Гуляш из мяса кур	60	6,3	8,73	20,11	177	4,5	487
Итого			510	14,7	24,85	78,47	456,6	12,52	
Полдник		Булочка нежная	50	3,2	2,95	19,22	211,38	0,2	270
		Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	2,05	400
Итого			200	7,78	7,03	26,8	296,38	2,25	
УЖИН		Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	2,98	7,11	12,26	151	6,72	83
		Сухарики	30	1,52	0,12	10,23	52,74	0	185
		Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
		Чай с лимоном и сахаром	150	0,1	0,017	7,5	31	2,35	393
Итого			430	5	7,547	39,49	266,24	19,07	
Итого за день			1610	42,55	46,997	202,26	1401,85	37,32	

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

Основное двухнедельное меню

День: четвертый

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 кукурузная вязкая молочная	200	8,6	7,2	31,4	216,7	0	226
	Кофейный напиток с молоком	200	2,81	2,39	12,76	84,01	1,17	395
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
Итого		438	19,57	9,79	54,7	405,75	1,17	
2-ой завтрак	Соки фруктовые и ягодные	100	0,5	0	11,7	47	2	134
ОБЕД	Свекольник с курицей и со сметаной	200	4,22	12,9	13,77	195,49	9,95	34
	Голень куриная	80	7,79	10,01	28,56	187,01	5,2	487
	Каша гречневая рассыпчатая	120	4,05	8,55	30,9	151,5	0	165
	Кисель	200	0,1	0	26,8	104,5	0,07	383
	Хлеб пшеничный	60	2,13	0,33	13,92	68,7	0	
Итого		660	18,29	31,79	113,95	707,2	15,22	
Полдник	Молоко кипяченое	200	5,48	4,88	8,07	102	2,46	400
	Булочка детская	50	3,2	2,95	19,22	211,38	0,2	270
Итого		250	8,68	7,83	27,29	313,38	2,66	
УЖИН	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	4,64	10,18	17,44	181,69	11,2	83
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,12	0,02	10,2	37	2,83	393
	Сухарики	40	2,13	0,33	13,92	68,7	0	
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
Итого		540	7,29	10,83	51,06	318,89	24,03	
Итого за день		1988	54,33	60,24	258,7	1792,22	45,08	