

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

Основное двухнедельное меню				УТВЕРЖДАЮ Заведующий МАДОУ "ДС № 40 г. Благовещенска" Н.В. Гаученова					
День: седьмой									
Неделя: вторая									
Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет									
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 вязка молочная "Дружба"	150	5,66	6,79	20,78	150,75	1,46	84	
	Какао с молоком	150	3	2,65	13,2	89	0,5	397	
Итого		335	14,33	9,61	31,29	322,35	1,96		
2-ой завтрак	Сок фруктовый и ягодный	125	0,6	0	15,8	67,5	2,5	134	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми и мясом	150	1,33	6,35	20,51	144,17	4,83	36	
	Котлета мясная	50	3,83	4,81	14,8	141,75	0,38	100	
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	3,36	5,2	25,6	134,1	0	204	
	Напиток из плодов шиповника	150	0,5	0,2	15,6	65,8	11	398	
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0		
Итого		500	10,54	16,68	86,97	531,02	16,21		
Полдник	Кондитерские изделия (зефир, мармелад)	30	4,79	8,76	51,55	201	0,009		
	Молоко	150	5	7,2	7,56	120,6	0,54	530	
Итого		180	9,79	15,96	59,11	321,6	0,549		
УЖИН	Суп картофельный с сайрой	100	0,18	1,1	11,19	119	5,6	44	
	Яйцо отварное	40	2,6	2,4	2	61,4	0	150	
	Хлеб ржаной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0		
	Чай с лимоном и сахаром	150	0,1	0,017	7,5	31	2,35	393	
Итого		320	4,22	2,537	9,5	92,4	2,35		
Ито за день		1460	39,48	44,787	202,67	1334,87	23,569		

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

Основное двухнедельное меню

День: седьмой

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
	Батон нарезной	30	1,52	0,12	10,46	45,2	0	117
	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	6,91	7,73	21,71	201	1,95	84
	Какао с молоком	200	3,67	3,19	15,82	107	0,6	397
Итого		418	18,74	11,12	48,07	413,04	2,55	
2-ой завтрак	Соки фруктовые и ягодные	100	0,5	0	11,7	47	2	134
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми и с мясом	200	2,5	8,2	21,09	159,8	6,1	36
	Котлета мясная	70	6,01	7,97	15,2	149,01	0,41	100
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,4	7,8	26,4	193	0	204
	Напиток из плодов шиповника	200	0,61	0,25	18,67	79	17	398
	Хлеб пшеничный	60	2,13	0,33	13,92	68,7	0	
Итого		660	15,65	24,55	95,28	649,51	23,51	
Полдник	Молоко	200	5,08	7,9	8	125,8	0,82	530
	Кондитерские изделия (зефир, мармелад)	30	4,79	8,76	51,55	201	0,009	
Итого		230	9,87	16,66	59,55	326,8	0,829	
УЖИН	Суп картофельный с сайрой	200	1,01	2,08	12,32	148,64	6,42	44
	Хлеб ржаной	30	0,69	0,9	7,81	29	0	
	Яйцо куриное отварное	60	5,1	4,6	2	137	0	150
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,12	0,02	10,2	37	2,83	393
Итого		530	8,82	7,75	45,43	408,14	9,25	
Ито за день		1938	53,58	60,08	260,03	1844,49	38,139	