

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

Основное двухнедельное меню

День: восьмой

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
	Каша вязкая манная молочная	150	3,9	5,4	26,7	152,8	0,68	88
	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
	Сыр порционный	7	1,62	1,07	0	25,2	0,05	29
Итого		352	13,54	8,64	47,85	330,6	1,71	
2-ой завтрак	Сок фруктовый и ягодный	125	0,6	0	15,8	67,5	2,5	134
ОБЕД	Рассольник Ленинградский с мясом и со сметаной	150	3,28	4,8	16,76	116,11	6,57	33
	Рыба тушеная с овощами	50	7,6	4,5	5,2	112,3	1,87	144
	Рис припущенный	110	2,94	7,9	15,56	165,1	0	316
	Кисель	150	0,1	0	20	77,8	0,05	383
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,12	10,46	45,2	0	
Итого		500	15,44	17,32	67,98	438,71	6,62	
Полдник	Кондитерские изделия	40	2,69	3,49	17,03	131	0	
	Чай сладкий	160						
Итого		200	2,69	3,49	17,03	131	0	
	Салат из кукурузы с луком репчатым	40	2,22	3,77	4,81	130,7	0,66	114
	Омлет натуральный с маслом	110	3,21	6,01	11,3	135,9	0,39	110
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
	Напиток из плодов шиповника	180	0,5	0,2	15,6	65,8	11	398
	Хлеб ржаной	30	0,57	0,5	5,39	24	0	
Итого		460	4,68	10,78	46,6	387,9	22,05	
Итого за день		1637	36,95	40,23	195,26	1355,71	32,88	

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

Основное двухнедельное меню

День: восьмой

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
	Сыр порционный	10	2,32	2,95	0	36	0,03	29
	Каша вязкая манная молочная	200	5,01	6,09	37,39	192,55	1,95	88
	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		448	18,3	11,63	60,69	417,6	3,15	
2-ой завтрак	Соки фруктовые и ягодные	150	0,5	0	11,7	47	2	134
ОБЕД	Рассольник Ленинградский, с мясом и со сметаной	200	4,1	7,16	20,93	175,6	8,2	33
	Рис припущенный	130	3,6	8,6	27,7	218,7	0	316
	Рыба тушеная с овощами	80	8,19	7,35	7,01	113,81	2,01	144
	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		720	18,12	23,44	96,36	681,31	10,28	
Полдник	Чай сладкий	200	5,08	7,9	8	125,8	0,82	530
	Кондитерские изделия	40	2,69	3,49	17,03	131	0	
Итого		240	7,77	11,39	25,03	256,8	0,82	
УЖИН	Омлет натуральный с маслом	130	4,99	8,3	20,4	146,25	0,49	110
	Салат из кукурузы с луком репчатым	70	2,97	5,24	9,51	158	1	114
	Плоды и ягоды свежие	100	0,4	0,3	9,5	31,5	10	368
	Напиток из плодов шиповника	200	0,61	0,25	18,67	79	17	398
	Хлеб ржаной	30	0,69	0,9	7,81	29	0	
Итого		530	9,66	14,99	65,89	443,75	28,49	
Итого за день		2088	54,35	61,45	259,67	1846,46	44,74	