

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

**Основное двухнедельное меню**

День: десятый

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<br>блюда | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергетическая<br>ценность | Витамин<br>С | №<br>рецептуры |
|---------------|--------------------------------------------|----------------|----------------------|--------|----------|----------------------------|--------------|----------------|
|               |                                            |                | Белки                | Жиры   | Углеводы |                            |              |                |
| ЗАВТРАК       | Масло сливочное                            | 5              | 4,15                 | 0,05   | 0,05     | 37,4                       | 0            | 149            |
|               | Паста творожная 8%                         | 180            | 6,08                 | 8,36   | 34,18    | 269,98                     | 1,62         | 311            |
|               | Кофе сладкий                               | 150            | 0,05                 | 0,017  | 7,88     | 31,58                      | 0,025        | 392            |
|               | Батон нарезной                             | 30             | 1,52                 | 0,12   | 10,46    | 45,2                       | 0            | 117            |
|               |                                            |                |                      |        |          |                            |              |                |
| Итого         |                                            | 365            | 11,8                 | 8,547  | 52,57    | 384,16                     | 1,645        |                |
| 2-ой завтрак  | Сок фруктовый и ягодный                    | 125            | 0,6                  | 0      | 15,8     | 67,5                       | 2,5          | 134            |
| ОБЕД          | Суп шахтерский с мясом и со сметаной       | 150            | 1,88                 | 3,3    | 15,74    | 93,4                       | 6,3          | 101            |
|               | Голубцовая масса с курицей                 | 150            | 7,7                  | 14,94  | 15,74    | 246,3                      | 8,4          | 382            |
|               | Компот из св/м ягод                        | 150            | 0,1                  | 0      | 20       | 77,8                       | 0,05         | 383            |
|               | Хлеб пшеничный                             | 40             | 1,52                 | 0,12   | 10,46    | 45,2                       | 0            |                |
| Итого         |                                            | 490            | 11,2                 | 18,36  | 61,94    | 384,9                      | 14,75        |                |
| Полдник       | Кондитерские изделия                       | 50             | 4,8                  | 3,69   | 23,98    | 156,3                      | 0,26         |                |
|               | Кисломолочная продукция                    | 150            | 5                    | 7,2    | 7,56     | 120,6                      | 0,54         | 530            |
| Итого         |                                            | 200            | 9,8                  | 10,89  | 31,54    | 276,9                      | 0,8          |                |
| УЖИН          | Салат из свежего огурца с зеленым горошком | 60             |                      |        |          |                            |              |                |
|               | Макаронные изделия отварные с маслом       | 90             | 7,28                 | 5,87   | 28,01    | 207,35                     |              | 204            |
|               | 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         |                                            | 330            | 7,95                 | 6,387  | 40,9     | 262,35                     | 2,35         |                |
| Итого за день |                                            | 1510           | 41,35                | 44,184 | 202,75   | 1375,81                    | 22,045       |                |

## Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

"Детский сад № 40 г. Благовещенска"

## Основное двухнедельное меню

День: десятый

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ

"ДС № 40 г. Благовещенска"

\_\_\_\_\_. Н.В. Гаученова

| Прием пищи       | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>ценность | Витамин<br>С | №<br>рецептуры |
|------------------|--------------------------------------|----------------|----------------------|-------|----------|----------------------------|--------------|----------------|
|                  |                                      |                | Белки                | Жиры  | Углеводы |                            |              |                |
| ЗАВТРАК          | Масло сливочное                      | 8              | 6,64                 | 0,08  | 0,08     | 59,84                      | 0            | 149            |
|                  | Паста творожная 8%                   | 180            | 6,08                 | 8,36  | 34,18    | 269,98                     | 1,62         | 311            |
|                  | Кофе сладкий                         | 200            | 0,06                 | 0,02  | 9,46     | 37,89                      | 0,03         | 392            |
|                  | Батон нарезной                       | 30             | 1,52                 | 0,12  | 10,46    | 45,2                       | 0            | 117            |
| Итого            |                                      | 418            | 14,3                 | 8,58  | 54,18    | 412,91                     | 1,65         |                |
| 2-ой<br>завтрак  | Соки фруктовые и ягодные             | 100            | 0,5                  | 0     | 11,7     | 47                         | 2            | 134            |
| ОБЕД             | Суп шахтерский с мясом и со сметаной | 200            | 2,15                 | 4,04  | 23,67    | 158,4                      | 7,87         | 101            |
|                  | Голубцовая масса с курицей           | 200            | 8,63                 | 18,25 | 33,63    | 278,29                     | 10,87        | 382            |
|                  | Компот из св/м ягод                  | 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            | 13,01                | 22,62 | 98,02    | 609,89                     | 18,81        |                |
| Пол<br>дник      | Кондитерские изделия (пряник)        | 50             | 4,8                  | 3,69  | 23,98    | 156,3                      | 0,26         |                |
|                  | Кисломолочная продукция              | 200            | 5,08                 | 7,9   | 8        | 125,8                      | 0,82         | 530            |
| Итого            |                                      | 250            | 9,88                 | 11,59 | 31,98    | 282,1                      | 1,08         |                |
| УЖИН             | Салат из свежих овощей               | 60             |                      |       |          |                            |              |                |
|                  | Макаронные изделия отварные с маслом | 130            | 11,2                 | 10,6  | 44,39    | 277                        |              | 204            |
|                  | 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            |                                      | 420            | 12,01                | 11,52 | 62,4     | 343                        | 2,83         |                |
| Итого за<br>день |                                      | 1848           | 49,7                 | 54,31 | 258,28   | 1694,9                     | 26,37        |                |