

Заведующий МБДОУ

д/с №18 «Одуванчик»

Л.Н. Шишацкая

«27» февраля 2026г.

Основное (организованное) меню, сезон зимнее - весеннее

Возрастная категория от 3 до 7 лет

4 неделя

27.02.2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>День 5, пятница</b>							
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с макаронами	150	4,31	3,90	14,13	115,65	93
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	394
	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,66	0,15	5,55	17,4	
<b>Второй завтрак</b>	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44	368
<b>Всего за завтрак</b>	<b>Всего за завтрак</b>	<b>440</b>	<b>8,04</b>	<b>6,79</b>	<b>43,79</b>	<b>266,05</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с рисом	180	6,18	6,05	10,31	120	87
	Тефтели из печени с рисом	70	8,56	10,20	14,35	183,75	284
	Пюре картофельное	130	2,8	4,4	18,74	125,81	321
	Капуста тушёная	50	0,98	1,85	4,73	39,5	132
	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	80,64	372
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,3	11,94	60,03	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,48	70,8	
<b>Всего за обед</b>		<b>670</b>	<b>23,07</b>	<b>23,24</b>	<b>96,04</b>	<b>680,53</b>	
<b>Полдник</b>	Сырники из творога	150	25,36	17,26	14,67	316,36	231
	Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102	400
<b>Всего за полдник</b>		<b>330</b>	<b>30,84</b>	<b>22,14</b>	<b>23,74</b>	<b>418,36</b>	
<b>Итого за пятый день</b>		<b>1440</b>	<b>61,95</b>	<b>52,17</b>	<b>163,57</b>	<b>1364,94</b>	

Витаминизация третьего блюда – Сухая смесь с витаминами для напитка «Витошка Лайт».  
Для приготовления одной порции напитка – 16 гр. смеси.