

Заведующий МБДОУ

д/с №18 «Одуванчик»

Л.Н. Шишацкая

«24» апреля 2026г.

Основное (организованное) меню, сезон зимнее - весеннее

Возрастная категория от 3 до 7 лет

4 неделя

24.04.2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	N рецепт уры
			Б	Ж	У		
День 5, пятница							
Завтрак	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	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44	368
Всего за завтрак	Всего за завтрак	440	8,04	6,79	43,79	266,05	
Обед	Суп с рыбными консервами	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
	Салат из квашеной капусты с луком	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	
Всего за обед		670	23,07	23,24	96,04	680,53	
Полдник	Печенье	40	5,25	6,86	52,08	291,9	230
	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	92	401
Всего за полдник		330	30,84	22,14	23,74	418,36	
Итого за пятый день		1440	61,95	52,17	163,57	1364,94	

Витаминизация третьего блюда – Сухая смесь с витаминами для напитка «Витопка».

Для приготовления одной порции напитка – 20 гр. смеси.