

Заведующий МБДОУ

д/с №18 «Одуванчик»

Л.Н. Шишацкая

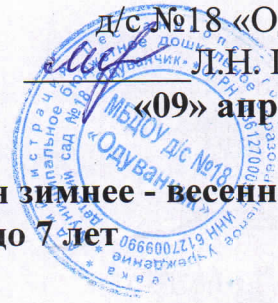
«09» апреля 2026г.

Основное (организованное) меню, сезон зимнее - весеннее

Возрастная категория от 3 до 7 лет

1 неделя

09.04.2026г.



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Б	Ж	У		
День 4, четверг							
Завтрак	Макароны отварные с маслом	150	8,76	7,67	20,54	186	212
	Молоко кипячёное	180	5,48	4,88	9,07	102	400
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44	368
Всего за завтрак		500	17,51	21,99	55,79	490,23	
Обед	Борщ вегетарианский (мелко шинкованный)	180	1,97	4,28	9,84	85,86	59
	Фрикадельки из мяса	70	10,34	9,23	6,74	151,38	308
	Пюре из свеклы (первый вариант)	130	1,95	4,38	11,36	92,69	324
	Кисель из яблок сушеных	180	0,20	0,010	29,94	127,98	379
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,3	11,94	60,03	
	Хлеб пшеничный	40	3,44	0,6	18,04	91,2	
	Всего за обед	Всего за обед	630	19,94	18,8	87,86	609,14
Полдник	Булочка домашняя	70	5,04	8,76	37,74	250	469
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	44	392
Всего за полдник		250	10,26	13,26	44,9	342	
Итого за четвёртый день		1380	47,7	54	188,5	1441,3	

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

Для приготовления одной порции напитка – 20 гр. смеси.