



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
д/с №18 «Одуванчик»
Т.Н.Скрипка
« 29 » 05 2025 г.

**Основное (организованное) меню, сезон зимнее - весеннее
Возрастная категория от 3 до 7 лет**

**4 неделя
29.05.2025г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	N рецепт уры
			Б	Ж	У		
День 4, четверг							
Завтрак	Каша жидкая овсяная	150	2,7	3,91	13,58	100,31	185
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	395
	Бутерброд с маслом	60	6,68	8,45	19,39	180	3
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	-	10,1	42,66	399
Всего за завтрак		490	12,73	14,77	47,33	413,97	
Обед	Борщ вегетарианский (мелко шинкованный)	180	1,97	4,28	9,84	85,86	59
	Котлеты рубленные из кур, запеченные с соусом молочным	70	10,11	14,27	8,51	203	307
	Соус молочный	45	1	3,5	3,8	50,6	350
	Морковь с зеленым горошком в молочном соусе	130	1,59	5,34	8,68	89,7	129
	Кисель из яблок сушеных	180	0,20	0,010	29,94	127,98	379
	Хлеб ржаной	30	2,04	0,3	11,94	60,03	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,48	70,8	
Всего за обед		665	19,3	28	87,2	687,97	
Полдник	Запеканка из творога	150	20,24	13,90	19,79	285	237
	Сметана	30	0,7	6	1,02	61,8	
	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	7,56	92	401
Всего за полдник		360	26,16	24,4	28,37	438,8	
Итого за четвёртый день:		1470	57,17	63,67	159,09	1489,48	

С - витаминизация третьего блюда – 0,05 мг «Аскорбиновая кислота» на одного ребёнка старше трёх лет;

С - витаминизация третьего блюда – 0,035 мг «Аскорбиновая кислота» на одного ребёнка до трёх лет;