Заведующий МБДОУ
д/с №18 «Одуванчик»
_____ Л.Н. Шишацкая
«25» мая 2026г.

Основное (организованное) меню, сезон зимнее - весеннее
Возрастная категория от 3 до 7 лет
4 неделя
25.05.2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1, понедельник							
Завтрак	Каша гречневая вязкая на молоке	150	4,52	4,7	20,26	141,29	168
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	397
	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,66	0,15	5,55	17,4	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	0,80	44	368
Всего за завтрак	**Всего за завтрак**	**440**	**9,25**	**8,44**	**42,43**	**309,69**	
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	7,97	6,22	18,54	162	83
	Биточки рыбные запечённые	70	8,87	3,13	6,39	89,17	255
	Пюре картофельное	130	2,8	4,4	18,74	125,81	321
	Салат из солёных огурцов с луком	50	0,42	2,55	1,3	29,9	19
	Компот из сушёных фруктов	180	0,36		24,98	107,7	376
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,3	11,1	34,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,48	70,8	
Всего за обед		**660**	**24,11**	**16,9**	**95,53**	**620,18**	
Полдник	Пряник	50	2,95	2,35	37,5	183	
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	395
Всего за полдник		**230**	**5,8**	**4,76**	**51,86**	**274**	
Итого за первый день		**1330**	**39,16**	**30,1**	**189,82**	**1203,87**	

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