Утверждаю
И.О. Заведующего МБДОУ
д/с №18 «Одуванчик»
_____ Л.Н. Шишацкая
«05» июня 2025 г.

Основное (организованное) меню, сезон зимнее - весеннее
Возрастная категория от 3 до 7 лет
1 неделя
05.06.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Б	Ж	У		
День 4, четверг							
Завтрак	Омлет с сыром	150	17,06	29,63	2,63	345	216
	Салат из св огурцов	50	0,36	3,03	1,18	33,65	13
	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,3	9,02	45,6	
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	44	392
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	-	10,1	42,66	399
Всего за завтрак	**Всего за завтрак**	**500**	**19,7**	**32,98**	**32,92**	**510,91**	
Обед	Борщ вегетарианский (мелко шинкованный)	180	1,97	4,28	9,84	85,86	59
	Фрикадельки из птицы	70	10,34	9,23	6,74	151,38	308
	Салат летний	50	0,73	2,6	4,28	43,3	16
	Компот из сушеных фруктов	180	0,30	0,008	20,82	89,75	376
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,3	11,1	34,8	
	Хлеб пшеничный	40	3,44	0,6	18,04	91,2	
Всего за обед	**Всего за обед**	**540**	**18,1**	**17,02**	**70,82**	**496,29**	
Полдник	Запеканка из творога	150	20,24	13,90	19,79	285	237
	Чай с сахаром	180	5,22	4,50	7,56	92	401
Всего за полдник		**330**	**25,46**	**18,4**	**27,35**	**377**	
Итого за четвёртый день		**1370**	**63,26**	**68,40**	**131,09**	**1384,2**	

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 3х лет