



Утверждаю
И.О. Заведующего МБДОУ
д/с № 8 «Одуванчик»
Л.Н. Шишаккая
«25» июня 2025 г.

Основное (организованное) меню, сезон летне-осенний
Возрастная категория от 3 до 7 лет
4 неделя
25.06.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	N рецепту ры
			Б	Ж	У		
День 3, среда							
Завтрак	Каша жидкая овсяная	150	2,88	4,17	14,49	107	185
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	395
	Бутерброд с маслом	40	6,68	8,45	19,39	180	3
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,5	-	10,1	42,66	399
Всего за завтрак		490	12,91	15,03	58,34	420,66	
Обед	Борщ вегетарианский (мелко шинкованный)	180	1,97	4,28	9,84	85,86	59
	Котлеты рубленые из мяса запеченные с соусом молочным	70	10,11	14,27	8,51	203	307
	Морковь с зеленым горошком в молочном соусе	130	1,81	6,39	9,91	104	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		620	18,5	25,55	84,62	651,67	
Полдник	Печенье	40	20,24	13,90	19,79	285	237
	Чай с сахаром	180	0,7	6	1,02	61,8	
Всего за полдник		360	26,16	24,4	28,37	438,8	
Итого за третий день		<u>1440</u>	<u>60,1</u>	<u>48,74</u>	<u>162,39</u>	<u>1365,78</u>	

- 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