

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
д/с №18 «Одуванчик»
Т.Н.Скрипка
«28» 04 2025 г.

Основное (организованное) меню, сезон зимнее - весеннее
Возрастная категория от 3 до 7 лет
4 неделя
29.04.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецепт уры
			Б	Ж	У		
День 2, вторник							
Завтрак	Омлет натуральный	150	14,1	25,24	2,83	294,38	215
	Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,85	39	
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	44	392
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,48	70,8	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	-	10,1	42,66	399
Всего за завтрак	Всего за завтрак	510	17,98	30,01	41,25	490,84	
Обед	Борщ вегетарианский (мелко шинкованный)	180	1,97	4,28	9,84	85,86	59
	Котлеты рубленные из мяса, 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	Биточки или котлеты манные	150	4,23	3,11	25,08	95	199
	Повидло	20	0,08	0	13	50	
	Кофейный напиток с молоком.	180	2,85	2,41	14,36	91	395
Всего за полдник		350	7,16	5,52	52,44	236	
Итого за второй день		1525	44,44	63,53	180,89	1414,81	

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;