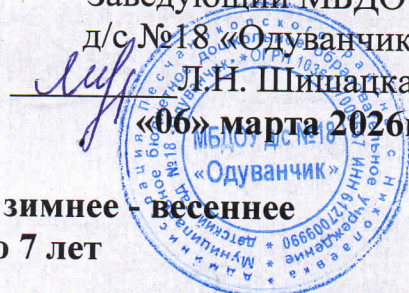


Заведующий МБДОУ

д/с №18 «Одуванчик»

Л.Н. Шишацкая

«06» марта 2026г.



**Основное (организованное) меню, сезон зимнее – весеннее**

**Возрастная категория от 3 до 7 лет**

**1 неделя**

**06.03.2026г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>День 5, пятница</b>							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,31	3,90	14,13	115,65	93
	Кофейный напиток с молоком.	180	2,85	2,41	14,36	91	395
	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
<b>Всего за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>8,22</b>	<b>6,9</b>	<b>34,84</b>	<b>268,05</b>	
Обед	Суп картофельный с крупой	180	1,92	2,02	12,34	75,24	80
	Котлеты рубленые, запечённые с молочным соусом	70	8,46	9,29	7,53	147,88	281
	Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)	30	0,47	1,66	1,78	23,97	352
	Капуста тушёная	50	0,98	1,85	4,73	39,5	132
	Кисель из сухофруктов	180	0,50	0,06	27,18	111,24	382
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,3	11,1	34,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,48	70,8	
	<b>Всего за обед</b>		<b>560</b>	<b>16,02</b>	<b>15,48</b>	<b>79,14</b>	<b>503,43</b>
Полдник	Печенье	40	5,25	6,86	52,08	291,9	233
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	44	392
<b>Всего за полдник</b>		<b>220</b>	<b>5,48</b>	<b>6,82</b>	<b>61,93</b>	<b>374,69</b>	
<b>Итого за пятый день</b>		<b>1220</b>	<b>45,72</b>	<b>40,2</b>	<b>145,91</b>	<b>1146,17</b>	

Витаминизация третьего блюда – Сухая смесь с витаминами для напитка «Витошка».

Для приготовления одной порции напитка – 20 гр. смеси.