И.О. Заведующего МБДОУ
д/с №18 «Одуванчик»
Л.Н. Шишацкая
«04» августа 2025 г.

Основное (организованное) меню, сезон летне-осенний
Возрастная категория от 3 до 7 лет
2 неделя
04.08.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1, понедельник							
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
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,15	5,55	17,4	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	-	10,1	42,66	399
Всего за завтрак		**440**	**6,89**	**6,73**	**44,5**	**258,06**	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	3,68	3,84	11,62	108	81
	Пюре картофельное	130	2,13	3,33	14,17	95,16	321
	Фрикадельки мясные в соусе	70	11,36	11,46	10,43	190,75	288
	Соус сметанный с луком	30	0,42	1,49	1,76	22,23	356
	Салат из свежих помидоров с луком	50	0,55	3,08	0,86	39,55	14
	Компот из сушёных фруктов	180	0,30	0,008	20,82	89,75	376
	Хлеб ржаной	30	2,04	0,3	11,94	60,03	
	Хлеб пшеничный	40	3,44	0,6	18,04	91,2	
Всего за обед		**710**	**23,92**	**24,11**	**89,64**	**696,67**	
Полдник	Биточки или котлеты манные	150	4,23	3,11	25,08	95	199
	Повидло	15	0,05	0	9,75	25	
	Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102	400
Всего за полдник		**345**	**9,76**	**7,99**	**43,9**	**222**	
Итого за первый день		**1495**	**40,57**	**38,83**	**178,04**	**1176,73**	

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.