



«Утверждаю»
Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
Е.В. Маркина
« 13 » _____ 2023г.

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 13 мая 2023 г.
длительность пребывания в детском саду 12 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)		Энергетическая ценность (ккал.)	
		Возрастная категория: 1-3 года	Возрастная категория: 3-7 лет	Возрастная категория: 1-3 года	Возрастная категория: 3-7 лет
Завтрак	Сыр малос. с шпин. круп.	150	200	100,62	139,16
	Вапон	30	40	78,6	104,8
	Джем	80	20	73,9	73,9
	Чай с лимон.	150	180	45,08	54,11
Итого на завтрак:		350	440	297,71	366,47
2-й завтрак	Яблоко	200	100	90	45
Итого на второй завтрак:		200	100	90	45
Обед	Шш со св. кап.	150	200	83,18	103,23
	Картоф. пюре	110	130	106,55	125,32
	Творожная запеканка	60	70	76,35	90,53
	Овощ. суп	20	20	2,6	2,6
	Сельдь рт.	40	50	63,6	87
	Компот из фруктов	180	180	81,53	81,53
Итого на обед:		560	650	420,41	496,81
Полдник	Молоко	180	180	108,1	108,1
	Булочка	40	40	29,76	29,76
Итого на полдник:		220	220	137,87	137,87
Ужин	Омлет натур.	130	130	163,41	163,41
	Сыр малос.	50	50	39	39
	Вапон	30	40	78,6	104,8
	Суп	150	180	80,5	84,6
Итого на ужин:		360	400	357,51	397,81
ИТОГО:		1690	1810	1303,50	1443,96