

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

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 01 сентября 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	Каша манная	130	200	161,24	214,98
	Творог	30	30	125,1	125,1
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		340	422	365,73	435,35
2-й завтрак	Яблоко	200	100	90	45
Итого на второй завтрак:		200	100	90	45
Обед	Щи со св. капустой	150	200	83,18	109,23
	Макаронный отвар	110	130	161,63	191,02
	Кура отвар.	60	70	113,18	131,6
	Смет. помидор	40	40	9,6	9,6
	Сметан.	40	50	69,6	87
	Компот из кураги	150	180	67,99	81,53
Итого на обед:		550	670	505,13	603,98
Полдник	Молоко	150	200	90,09	120,12
	Творог	50	50	38,3	47,25
Итого на полдник:		200	250	128,39	167,37
Ужин	Рис отвар.	110	130	132,42	155,61
	Пюре рыбное	60	70	61,22	71,42
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай	180	180	54,11	54,11
Итого на ужин:		380	420	326,35	425,94
ИТОГО:		1670	1862	1560,30	1819,39