

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

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
 на 04 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	Каши овсяная	150	200	170,33	207,38
	Техное	30	30	125,1	125,1
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Чизбургер	180	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		370	422	433,56	498,16
2-й завтрак	Блины	200	100	90	45
Итого на второй завтрак:		200	100	90	45
Обед	Свекольник	150	200	102,25	134,01
	Гречка отвар.	110	130	189,01	223,38
	Творожная запеканка	60	70	112,03	130,7
	Супе томат.	25	30	16,73	20,07
	Салат из капусты с мор.	40	60	54,75	82,12
	Хлеб рж.	40	50	63,6	87
	Компот из фруктов	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		575	720	612,31	758,81
Полдник	Сок	200	200	94	94
	Вафли	50	50	38,65	38,65
Итого на полдник:		250	250	132,65	132,65
Ужин	Рис из курицы	175	220	229,02	288,57
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай	180	180	54,11	54,11
Итого на ужин:		385	440	361,73	447,48
ИТОГО:		1780	1932	1630,25	1882,1