



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

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 05 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 пшеничные	150	200	209,17	266,89
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Слив. масло	7	10	52,36	74,8
	Макаро	150	180	88,72	106,46
Итого на завтрак:		337	430	419,85	552,95
2-й завтрак	Яблоко	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Рассольник	150	200	106,19	139,14
	Рыба филе е. ледя	60	70	112,93	131,83
	Картоф. пюре	110	130	106,55	125,92
	Зелен. рас	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		510	630	440,81	538,47
Полдник	Молоко	200	200	120,12	120,12
	Булочка ван.	60	60	206,92	206,92
Итого на полдник:		260	260	327,04	327,04
Ужин	Рис отвар.	110	130	132,42	195,61
	Зеленца рубленая	60	70	76,05	88,73
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай	180	180	54,11	54,11
Итого на ужин:		380	420	341,18	443,25
ИТОГО:		1587	1840	1573,88	1906,7