



Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 14 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	Каша пшённая	150	200	209,17	266,89
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сл.	7	10	52,36	74,8
	Каша о	150	180	111,13	133,36
Итого на завтрак:		337	430	442,26	371,63
2-й завтрак	Яблоки	200	100	90	45
Итого на второй завтрак:		200	100	90	45
Обед	Суп с грибами.	150	200	104,8	136,24
	Менюше картофель	120	160	181,22	231,15
	Свеж. помидор	30	30	7,2	8,2
	Хлеб рж.	40	50	62,6	82
	Компот из черники.	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		490	620	420,76	543,12
Полдник	Йогурт	200	200	174	174
	Вагши	30	30	23,19	23,19
Итого на полдник:		230	230	197,19	197,19
Ужин	Запеканка творог.	150	150	369,89	369,89
	Яблоки	30	30	125,1	125,1
	Чай с лимоном.	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		330	360	541,87	551,22
ИТОГО:		1587	1740	1622,08	1708,22