



«Утверждаю»
 И.о. заведующего ДОУ № 4 «Сказка»
 Р.А. Травникова
 2023г.

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 20.09 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 пшеничн.	150	200	182,8	243,73
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Машио св.	7	10	52,36	74,8
	Машио	150	180	111,13	133,36
Итого на завтрак:		337	430	424,89	556,69
2-й завтрак	Банан	150	150	133,5	133,5
Итого на второй завтрак:		150	150	133,5	133,5
Обед	Свекольник	150	200	102,25	134,01
	Треш отб.	110	130	189,01	223,38
	Пюре из свекл.	60	70	100,9	117,70
	Салат из свекл. овощ.	60	60	38,26	38,26
	Запек. рж	40	50	69,6	87
	Компот из кураж	150	180	67,99	81,53
Итого на обед:		570	690	567,96	681,88
Полдник	Кефир	180	180	85,07	85,07
	Зеленый	70	70	210	210
Итого на полдник:		250	250	295,07	295,07
Ужин	Сырники творожн.	150	150	376,05	376,05
	Рис	40	40	146,8	146,8
	Чай с лим.	180	180	56,23	56,23
Итого на ужин:		370	370	579,08	579,08
ИТОГО:		1677	1890	2000,5	2246,22