



Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 21.09 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	Каша овсяная	150	200	200,7	266,8
	Батон	30	40	78,6	109,8
	Джем	30	30	110,1	110,1
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		493,5	430	433,96	535,9
2-й завтрак	Творог	200	100	84	42
Итого на второй завтрак:		200	100	84	42
Обед	Суп гороховый	150	200	60,31	80,41
	Рис отварн.	110	130	132,42	135,61
	Картофель соевый	100	120	443,46	539,29
	Фрукты кон.	30	30	3,9	3,9
	Салат м.	40	50	69,6	87
	Компот из св.чаш.	150	180	60,45	72,5
Итого на обед:		580	710	790,14	973,71
Полдник	Творог	180	180	156,6	156,6
	Коржик мол.	60	60	247,04	247,04
Итого на полдник:		240	240	403,64	403,64
Ужин	Салат мор. с зм.кар.	100	100	154,28	154,28
	Магги из печени.	700	80	270,42	270,42
	Батон	30	40	78,6	109,8
	Чай с лим.	180	180	56,23	56,23
Итого на ужин:		380	390	539,53	585,73
ИТОГО:		1893,50	1870	2251,27	2540,98