

«Утверждаю»  
 И.о.заведующего ДОУ № 4 «Сказка»  
 Р.А. Травникова  
 «27» 09 2023г.



**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»**  
 на 27.09 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 пшеничная	150	200	182,8	243,73
	Булочка	30	40	28,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Коп. кол.	150	180	36,39	68,66
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>340</b>	<b>432</b>	<b>352,09</b>	<b>454,35</b>
2-й завтрак	Творог	100	100	42	42
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>42</b>	<b>42</b>
Обед	Суп со св. кол.	150	200	83,18	109,23
	Плов из курицы	180	210	639,5	748,09
	Салат из св. ов.	60	60	38,26	38,26
	Хлеб пш.	40	50	69,6	84
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
<b>Итого на обед:</b>		<b>580</b>	<b>700</b>	<b>876,02</b>	<b>1036,16</b>
Полдник	Кефир	150	200	40,89	94,52
	Вафли	30	30	23,19	23,19
<b>Итого на полдник:</b>		<b>180</b>	<b>230</b>	<b>94,08</b>	<b>117,71</b>
Ужин	Сокиса из св.-е.	150	150	376,05	376,05
	с джемом	40	40	146,8	146,8
	чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
<b>Итого на ужин:</b>		<b>340</b>	<b>370</b>	<b>569,73</b>	<b>579,08</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1540</b>	<b>1832</b>	<b>1933,92</b>	<b>2232,3</b>