



«Утверждено»
Заведующий ДООУ № 4 «Сказка»
Е.В. Маркина
2023г.

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 01 ноября 2023 года
длительность пребывания в детском саду 2 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 кукуруз.	150	200	180,03	240,12
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сл.	7	10	52,36	74,8
	Чай с молоком.	150	180	65,34	78,41
Итого на завтрак:		337	430	376,33	498,13
2-й завтрак	Банана	150	150	133,5	133,5
Итого на второй завтрак:		150	150	133,5	133,5
Обед	Суп картофель.	150	200	96,73	115,32
	Картофель пюре	110	130	106,55	125,32
	Рисовый суп с мясом.	60	70	112,93	131,83
	Св. Огурец	40	40	4	4
	Яблоко	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		550	670	435,35	519,25
Полдник	Кефир	180	180	85,07	85,07
	Зеленый салат	50	50	150	150
Итого на полдник:		230	230	235,07	235,07
Ужин	Сырники творог.	150	150	376,05	376,05
	Супец. молоко.	30	40	9,84	13,12
	Помидоры маринов.	150	180	74,18	85,42
Итого на ужин:		330	370	460,07	474,59
ИТОГО:		1597	1850	1637,38	1860,54