



**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»**  
**на 4 октября 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	180,39	204,38
	бассон	30	40	38,6	104,8
	сир	10	12	34,3	41,16
	чай	150	180	45,09	54,11
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>340</b>	<b>432</b>	<b>328,38</b>	<b>404,45</b>
2-й завтрак	бассон	100	100	45	45
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>45</b>	<b>45</b>
Обед	свекольник	150	200	102,25	134,01
	Телекартоф	110	130	106,55	125,9
	кисель из череш.	60	80	100,90	115,7
	св. пюре	40	40	9,6	9,6
	хлеб рж	40	50	69,6	84
	компот из череш.	150	180	67,94	81,53
<b>Итого на обед:</b>		<b>550</b>	<b>680</b>	<b>456,84</b>	<b>555,74</b>
Полдник	сметанное дес.	150	0	90,09	0
	кетч сир.	0	200	0	120,12
	вафли	30	30	106,2	106,2
	маршмелу	40	40	12,8	12,8
<b>Итого на полдник:</b>		<b>220</b>	<b>270</b>	<b>324,29</b>	<b>354,32</b>
Ужин	пудинг с рисом	100	150	240,02	358,24
	десерт	20	30	43,4	110,1
	чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
<b>Итого на ужин:</b>		<b>270</b>	<b>360</b>	<b>360,3</b>	<b>524,57</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1480</b>	<b>1842</b>	<b>1514,81</b>	<b>1887,08</b>