



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

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 05.10 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 | 209,17 | 266,85 |
| | Батон | 30 | 40 | 78,6 | 104,8 |
| | Джем | 20 | 25 | 73,4 | 91,75 |
| | Кодрийн. напиток | 150 | 180 | 103,77 | 124,52 |
| Итого на завтрак: | | 350 | 445 | 455,94 | 587,96 |
| 2-й завтрак | Яблоки | 150 | 150 | 67,5 | 67,5 |
| Итого на второй завтрак: | | 150 | 150 | 67,5 | 67,5 |
| Обед | Суп овощной | 150 | 200 | 69,14 | 89,88 |
| | Рис отварн. | 110 | 130 | 132,42 | 135,61 |
| | Резка туш. поз. овощи | 120 | 140 | 122,25 | 142,15 |
| | Огурец кон. | 20 | 30 | 2,6 | 3,9 |
| | Хлеб рж. | 40 | 50 | 69,6 | 87 |
| | Компот из курицы | 150 | 180 | 67,94 | 81,53 |
| Итого на обед: | | 530 | 730 | 463,95 | 600,07 |
| Полдник | Шоколад | 150 | 150 | 130,5 | 130,5 |
| | Печенье | 40 | 40 | 23,76 | 23,76 |
| Итого на полдник: | | 190 | 190 | 160,26 | 160,26 |
| Ужин | Картоф. пюре | 110 | 130 | 106,55 | 125,92 |
| | Суфле из курицы | 60 | 80 | 327,56 | 362,26 |
| | Батон | 30 | 40 | 78,6 | 104,8 |
| | Чай с лимон. | 150 | 180 | 46,88 | 56,23 |
| Итого на ужин: | | 350 | 420 | 559,59 | 649,21 |
| ИТОГО: | | 1630 | 1935 | 1707,24 | 2065 |