



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

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 10.10 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 овсяная	150	200	140,39	204,38
	банан	30	40	48,6	104,8
	масло	4	10	52,76	44,8
	коф. кап.	150	180	103,74	124,52
Итого на завтрак:					
2-й завтрак	яблочки.	334	430	405,52	511,5
Итого на второй завтрак:					
Обед	шниц со св. кап.	100	100	45	45
	картофель пюре.	150	200	50,4	65,52
	рыба отварная с соусом.	110	130	106,55	125,9
	св. ог.	60	70	131,83	131,83
	хлеб рж	40	40	6	6
	компот из фруктов.	40	50	69,6	87
		150	180	64,94	81,53
Итого на обед:					
Полдник	кефир	550	640	432,32	494,78
	йогурт	200	200	94	94
		50	50	151	151
Итого на полдник:					
Ужин	сок апельсиновый тб-е.	250	250	245	245
	чай с сахаром	150	150	376,05	376,05
	овощи.	150	180	46,88	56,23
		30	30	43,2	43,2
Итого на ужин:					
ИТОГО:		330	360	496,13	505,48
		1567	1810	1623,97	1804,46