



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

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
 на 13.10 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	Сырники с изюмом	150	200	100,62	134,16
	Блины	30	40	28,6	104,8
	Чай	20	20	48,8	48,8
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		350	440	273,11	341,84
2-й завтрак	Фрукты	100	100	42	42
Итого на второй завтрак:		100	100	42	42
Обед	Рассольник	150	200	106,19	139,14
	Салат овощ.	110	130	161,63	191,02
	Компот с мяк.	60	70	168,40	196,46
	Салат из картофеля с морк.	40	60	54,45	82,12
	Хлеб	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	60,45	72,5
	Чай				
Итого на обед:		550	690	621,02	768,24
Полдник	Сок	150	200	40,5	103
	Булочки	60	60	206,92	206,92
	Чай				
Итого на полдник:		210	260	277,42	309,92
Ужин	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	Салат из овощей	60	40	237,93	270,42
	Блины	30	40	28,6	104,8
	Чай с мяк.	150	180	45,09	54,11
	Чай				
Итого на ужин:		350	420	461,37	555,25
ИТОГО:		1560	1910	1674,92	2017,28