

«Утверждаю»
 Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 «19» ~~Октября~~ ~~2023~~ 2023г.

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 19 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	170,33	207,38
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,6
	Кор. напиток	150	180	56,33	67,66
Итого на завтрак:		340	432	339,68	421
2-й завтрак	Банан	150	150	133,5	133,5
Итого на второй завтрак:		150	150	133,5	133,5
Обед	Суп с грибами	150	200	104,8	136,24
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,82
	Филе мясное с яб.	50	70	112,99	131,88
	Св. пюре	30	30	7,2	7,2
	Хлеб рж.	40	50	83,6	87
	Компот из фруктов	150	180	60,45	72,5
Итого на обед:		540	660	461,59	560,69
Полдник	Йогурт	180	180	156,6	156,6
	Чай	30	30	22,32	22,32
Итого на полдник:		210	210	178,92	178,92
Ужин	Блинчики	150	150	370,05	370,05
	Сыр. молоко	40	40	13,12	13,12
	Чай с медом	150	180	56,23	56,23
Итого на ужин:		340	370	439,4	439,4
ИТОГО:		1580	1822	1553,03	1789,51