

«Утверждаю»
 Заведующий/ ДОУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 2023г.

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 20 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	Мама рисовая	150	200	177,16	236,21
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Джем	20	20	83,9	83,9
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		350	440	384,25	468,52
2-й завтрак	Апельсин	150	150	64,5	64,5
Итого на второй завтрак:		150	150	64,5	64,5
Обед	Суп гороховый	150	200	60,31	80,4
	Машина туш.	150	180	117,69	141,23
	Судак из Куржиса	60	70	327,56	362,26
	Голубцы	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		550	680	629,64	725,48
Полдник	Машина	200	200	129,12	129,12
	Батон	40	40	141,6	141,6
Итого на полдник:		240	240	261,72	261,72
Ужин	Салат, свежий	150	150	137,6	137,6
	Тертый рубчик	60	70	76,95	90,53
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимон.	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		390	460	400,03	449,16
ИТОГО:		1680	1950	1721,14	1963,38