



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

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»

на 31.10.2023 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 рисовая	150	200	177,16	236,21
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,2	44,16
	Макаро	150	180	111,13	133,36
Итого на завтрак:		340	432	401,15	515,53
2-й завтрак	Яблочки	200	200	90	90
Итого на второй завтрак:		200	200	90	90
Обед	Щи с св.-мап.	150	200	83,18	109,23
	Фрикадельки	110	130	189,01	223,38
	Фрукты из тов.	60	70	109,9	117,70
	Св.-ошпарен	30	30	3,9	3,9
	Желе	40	50	69,6	87
	Компот из чер.	150	180	81,53	81,53
Итого на обед:		540	660	528,12	622,74
Полдник	Макаро	150	200	90,09	120,12
	Желе	40	40	29,76	29,76
Итого на полдник:		190	240	119,85	149,88
Ужин	Омлет с вет	130	130	169,41	169,41
	Шпрот с вет	50	50	39	39
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с мед.	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		360	400	333,89	369,44
ИТОГО:		1630	1932	1473,05	1747,59