

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

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»  
 на 29 ноября 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	170,39	207,38
	Безон	30	40	78,6	104,8
	Масло сл.	7	10	52,36	74,8
	Комп. напиток.	150	180	103,77	124,52
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>337</b>	<b>430</b>	<b>405,12</b>	<b>511,5</b>
2-й завтрак	Яблони	200	100	90	45
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>200</b>	<b>100</b>	<b>90</b>	<b>45</b>
Обед	Шш со св. кашей	150	200	94,11	109,23
	Фреж 100г.	110	130	185,01	223,38
	Гуляш из говяд.	60	70	100,3	117,70
	Салат из овощей снес.	40	60	50,48	75,71
	Кефир 1%	40	50	69,6	87
	Компот из шурша	150	180	67,94	81,53
<b>Итого на обед:</b>		<b>550</b>	<b>630</b>	<b>522,04</b>	<b>633,55</b>
Полдник	Кефир	180	180	85,07	85,07
	Зеленый	40	40	120	120
<b>Итого на полдник:</b>		<b>220</b>	<b>220</b>	<b>205,07</b>	<b>205,07</b>
Ужин	Вареники творож.	150	150	376,05	376,05
	Джем	40	40	146,8	146,8
	Кисель из св.м.ш.	150	200	64,35	77,22
<b>Итого на ужин:</b>		<b>340</b>	<b>390</b>	<b>587,2</b>	<b>600,07</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1647</b>	<b>1830</b>	<b>1859,43</b>	<b>2055,13</b>