



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 02 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 пшеничная	150	200	200,17	266,89
	Башон	30	40	48,6	104,8
	Рыжи	40	40	97,6	97,6
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		370	460	421,46	523,4
2-й завтрак	Яблочки	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Рассольник	150	200	106,19	139,14
	Канарешка шурп.	150	180	114,69	141,23
	Булочки сладк.	60	70	143,64	204,28
	Хлеб рж	40	50	69,6	87
	Кашка из гречки	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		550	680	535,06	659,18
Полдник	Льняное	150	200	130,5	156,6
	Булочка ват.	60	60	206,92	206,92
Итого на полдник:		210	260	337,42	363,52
Ужин	Салат карт с г.г.	80	100	123,42	154,28
	Тертая картош.	60	70	46,95	90,53
	Башон	30	40	48,6	104,8
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		320	390	324,06	403,72
ИТОГО:		1550	1890	1663	1988,82