



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

Ежедневное меню основного питания ДООУ №4 «Сказка»
на 08 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	Каши овсяная	150	200	140,39	202,38
	Батон	30	40	48,6	104,8
	Соль	10	12	34,3	41,16
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		340	432	328,38	402,45
2-й завтрак	Батон	150	150	144	144
Итого на второй завтрак:		150	150	144	144
Обед	Суп гороховый	150	200	93,09	124,12
	Творог свежий	110	130	189,01	223,38
	Творог суш. обезж.	60	80	100,9	118,80
	Св. морковь	40	40	6	6
	Хлеб рж.	40	50	69,6	87
	Компот из кураш	150	180	68,94	81,53
Итого на обед:		550	680	526,54	639,83
Полдник	Кефир	198	198	93,06	93,06
	Вафлы	26	26	92,04	92,04
Итого на полдник:		224	224	185,1	185,1
Ужин	Запеканка св.-л.	140	140	345,23	345,23
	Джем	20	30	48,8	73,2
	Кисель из св.ч. л.	150	200	53,62	71,5
Итого на ужин:		310	370	447,65	489,93
ИТОГО:		1544	1846	1631,67	1866,21