



Утверждаю
 Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 «09.10.2023г.»

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 09 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	каша пшеничная	150	200	181,8	243,79
	бассон	30	40	78,6	104,8
	джем	20	30	48,8	73,2
	коф. кап	150	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		350	450	413,97	546,71
2-й завтрак	джем	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	щи со св. кап.	150	200	50,4	65,52
	рагу из курицы	175	210	229,02	288,57
	отварной св.	40	40	6	6
	хлеб жит	40	50	69,6	87
	компот из черн.	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		555	690	422,96	528,62
Полдник	пюре	150	200	130,5	174
	коржики шоко	60	60	247,04	247,04
Итого на полдник:		210	260	377,54	421,04
Ужин	винегрет овощи	180	180	342,76	342,76
	1/2 яблоко	20	20	31,5	31,5
	бассон	30	40	78,6	104,8
	чай с сахар.	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		380	420	497,95	533,17
ИТОГО:		1595	1920	1757,42	2074,14