



«Утверждаю»
Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
Е.В. Маркина
« 28 » 10 2023 г.

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 10 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	180,09	240,17
	Булочка	30	40	48,6	104,8
	Сыр	7	10	38,3	41,16
	Каша	150	180	111,13	133,36
Итого на завтрак:		337	430	404,12	519,44
2-й завтрак	Яблоко	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Рассольник	150	200	106,19	128,21
	Омлет с сыром	110	130	161,63	191,02
	Курица жареная	60	70	113,18	131,6
	Салат из св. овощей	40	60	50,48	45,41
	Хлеб рж.	40	50	69,6	87
	Каша гречневая	150	180	64,94	81,53
Итого на обед:		550	630	569,02	695,07
Полдник	Сок	150	200	40,5	94
	Печенье	40	40	166,8	166,8
Итого на полдник:		190	240	237,3	260,8
Ужин	Мешочек творожный	120	140	173,36	202,25
	Булочка	30	40	48,6	104,8
	Чай с сахаром	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		300	360	298,84	363,28
ИТОГО:		1477	1820	1554,28	1883,59