



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

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 19 декабря 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 манная.	150	200	182,8	243,73
	Банан	30	40	28,6	104,8
	Яблочко	20	20	48,8	48,8
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		350	440	355,29	451,44
2-й завтрак	Яблочко	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Суп куриный.	180	200	63,95	83,14
	Картофель жареный	110	130	106,55	125,92
	Котлета свиная	60	70	168,4	196,46
	Курица копченая	50	50	45	45
	Хлеб рж.	40	50	69,6	87
	Компот из фруктов	150	180	68,94	81,53
Итого на обед:		560	680	521,44	619,05
Полдник	Сок	150	200	79,5	103
	Булочка	60	60	238,09	238,09
Итого на полдник:		210	260	308,59	341,09
Ужин	Омлет картофельный	130	130	211,76	211,76
	Яблоко запеч.	50	50	39	39
	Чай с молоком	150	180	46,88	56,23
	Банан	30	40	28,6	104,8
Итого на ужин:		360	400	346,24	411,79
ИТОГО:		1580	1880	1606,56	1868,37