

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

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»  
 на 2012 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 кукуруз.	150	200	180,09	240,12
	Баттон	30	40	78,6	104,8
	масло	4	10	52,46	84,8
	корт.сан.	150	180	103,77	124,52
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>337</b>	<b>430</b>	<b>415,22</b>	<b>549,24</b>
2-й завтрак	магги	100	100	53	53
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>53</b>	<b>53</b>
Обед	борщ	150	200	93,72	122,93
	Пюре из кукуруз	140	160	183,21	228,38
	супчик овощ.	30	30	37,97	37,97
	Хлеб рж	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	67,94	81,53
<b>Итого на обед:</b>		<b>510</b>	<b>620</b>	<b>452,44</b>	<b>538,81</b>
Полдник	кефир	150	180	78,33	93,99
	Булочка	60	60	238,09	238,09
<b>Итого на полдник:</b>		<b>210</b>	<b>240</b>	<b>316,42</b>	<b>332,08</b>
Ужин	Сырники в б.	150	150	376,05	376,05
	овощ	40	40	97,6	97,6
	Хлебцы из овсян	150	200	64,35	87,22
<b>Итого на ужин:</b>		<b>340</b>	<b>390</b>	<b>538</b>	<b>560,87</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1497</b>	<b>1780</b>	<b>1775,08</b>	<b>2029</b>