



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

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»  
 на *21 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	<i>каша рисовая</i>	<i>150</i>	<i>200</i>	<i>177,16</i>	<i>236,24</i>
	<i>башен</i>	<i>30</i>	<i>40</i>	<i>78,6</i>	<i>104,8</i>
	<i>сок</i>	<i>10</i>	<i>12</i>	<i>34,3</i>	<i>41,16</i>
	<i>коф-как.</i>	<i>150</i>	<i>180</i>	<i>103,77</i>	<i>124,52</i>
<b>Итого на завтрак:</b>		<i>340</i>	<i>432</i>	<i>393,83</i>	<i>506,69</i>
2-й завтрак	<i>яблочко</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>45</i>	<i>45</i>
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<i>100</i>	<i>100</i>	<i>45</i>	<i>45</i>
Обед	<i>рассольник</i>	<i>150</i>	<i>200</i>	<i>106,19</i>	<i>128,21</i>
	<i>творог каршоф.</i>	<i>110</i>	<i>130</i>	<i>106,55</i>	<i>125,9</i>
	<i>котлета рыбн.</i>	<i>60</i>	<i>70</i>	<i>61,22</i>	<i>74,42</i>
	<i>салат из св. репч.</i>	<i>40</i>	<i>60</i>	<i>50,48</i>	<i>75,71</i>
	<i>рис с рыбой</i>	<i>40</i>	<i>50</i>	<i>69,6</i>	<i>87</i>
	<i>компот из абрик.</i>	<i>150</i>	<i>180</i>	<i>45,48</i>	<i>54,58</i>
<b>Итого на обед:</b>		<i>550</i>	<i>690</i>	<i>439,52</i>	<i>542,82</i>
Полдник	<i>голуши</i>	<i>180</i>	<i>180</i>	<i>156,6</i>	<i>156,6</i>
	<i>печенье.</i>	<i>40</i>	<i>40</i>	<i>166,8</i>	<i>166,8</i>
<b>Итого на полдник:</b>		<i>220</i>	<i>220</i>	<i>323,4</i>	<i>323,4</i>
Ужин	<i>рисовая есм.</i>	<i>120</i>	<i>160</i>	<i>173,36</i>	<i>231,15</i>
	<i>башен</i>	<i>30</i>	<i>40</i>	<i>78,6</i>	<i>104,8</i>
	<i>тост</i>	<i>150</i>	<i>180</i>	<i>45,09</i>	<i>54,11</i>
<b>Итого на ужин:</b>		<i>300</i>	<i>380</i>	<i>297,05</i>	<i>390,06</i>
<b>ИТОГО:</b>		<i>1510</i>	<i>1822</i>	<i>1498,8</i>	<i>1807,97</i>