

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

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»  
 на 22 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 пшеница	150	200	200,17	266,89
	банан	30	40	58,6	104,8
	ягеша	20	25	48,8	81
	чай	150	180	45,09	54,11
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>350</b>	<b>445</b>	<b>372,66</b>	<b>486,8</b>
2-й завтрак	яблочко	100	100	45	45
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>45</b>	<b>45</b>
Обед	суп соевый	150	200	93,09	124,12
	ягода свеж.	110	130	189,01	223,38
	пюре из кабач.	60	70	100,9	117,7
	салат из помидор.	40	60	54,75	82,12
	хлеб кукуруз.	40	50	69,6	87
	компот из черн.	150	180	64,94	81,53
<b>Итого на обед:</b>		<b>550</b>	<b>690</b>	<b>578,29</b>	<b>715,85</b>
Полдник	шоколад	150	200	90,09	120,12
<b>Итого на полдник:</b>		<b>150</b>	<b>200</b>	<b>90,09</b>	<b>120,12</b>
Ужин	пюре картофельное с овощ.	200	200	292	292
	чай	150	180	45,09	54,11
<b>Итого на ужин:</b>		<b>350</b>	<b>380</b>	<b>337,09</b>	<b>346,11</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1500</b>	<b>1815</b>	<b>1420,13</b>	<b>1713,88</b>