



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

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
 на 04 сентября 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 | Какао 'Дружба' | 150 | 200 | 161,46 | 215,28 |
| | Вафлон | 30 | 40 | 78,6 | 104,8 |
| | Джем | 20 | 25 | 73,4 | 91,75 |
| | Чай с мол. | 150 | 180 | 65,34 | 78,41 |
| Итого на завтрак: | | 350 | 445 | 378,80 | 490,24 |
| 2-й завтрак | Лобио | 150 | 100 | 67,2 | 45 |
| Итого на второй завтрак: | | 150 | 100 | 67,2 | 45 |
| Обед | Суп с овощами | 150 | 200 | 118,83 | 149,65 |
| | Крем суп | 110 | 130 | 189,01 | 223,38 |
| | Пюре картофельное | 60 | 70 | 112,03 | 139,7 |
| | Соус томат. | 25 | 30 | 16,73 | 20,07 |
| | Шура каб | 50 | 50 | 33 | 39 |
| | Хлеб рж. | 40 | 50 | 69,6 | 87 |
| | Компот из чер. | 150 | 180 | 67,94 | 81,53 |
| Итого на обед: | | 585 | 710 | 613,14 | 726,33 |
| Полдник | Молоко | 150 | 200 | 92,09 | 120,12 |
| | Крепкий салат | 75 | 75 | 294,55 | 294,55 |
| Итого на полдник: | | 225 | 275 | 384,64 | 414,67 |
| Ужин | Картофель пюре | 110 | 130 | 106,55 | 125,92 |
| | Молочка рублн. | 60 | 70 | 61,22 | 71,42 |
| | Вафлон | 30 | 40 | 78,6 | 104,8 |
| | Чай с лим. | 150 | 180 | 45,05 | 54,11 |
| Итого на ужин: | | 350 | 420 | 291,46 | 356,25 |
| ИТОГО: | | 1660 | 1950 | 1735,24 | 2032,43 |



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

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 05 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 | Каши мясные | 150 | 200 | 290,17 | 266,89 |
| | Батон | 30 | 40 | 78,6 | 104,8 |
| | Сыр | 30 | 12 | 34,3 | 41,16 |
| | Наше | 150 | 180 | 88,72 | 106,46 |
| Итого на завтрак: | | 340 | 432 | 401,79 | 519,31 |
| 2-й завтрак | Яблоки | 100 | 100 | 45 | 45 |
| Итого на второй завтрак: | | 100 | 100 | 45 | 45 |
| Обед | Суп с клецк. | 150 | 200 | 39,22 | 50,99 |
| | Рагу из курицы | 175 | 220 | 229,02 | 288,57 |
| | Овощной суп | 30 | 30 | 3,9 | 3,9 |
| | Хлеб рж. | 40 | 50 | 69,6 | 87 |
| | Компот из ябл. | 150 | 180 | 45,48 | 54,58 |
| Итого на обед: | | 545 | 680 | 387,22 | 485,04 |
| Полдник | Вафли | 30 | 30 | 106,2 | 106,2 |
| | Мясно из свин. м. | 200 | 200 | 77,22 | 77,22 |
| Итого на полдник: | | 230 | 230 | 183,42 | 183,42 |
| Ужин | Миньон из клубн. | 120 | 160 | 171,22 | 231,15 |
| | Батон | 30 | 40 | 78,6 | 104,8 |
| | Чай с мянж. | 150 | 180 | 45,03 | 54,11 |
| Итого на ужин: | | 300 | 380 | 294,85 | 390,06 |
| ИТОГО: | | 1515 | 1822 | 1312,34 | 1622,83 |