

«Утверждаю»
 Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 «31» ~~августа~~ сентября 2024г.

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 31.09.24 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 пшенич.	150	200	181,8	243,73
	Банан.	30	40	48,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Кефир	180	180	106,46	106,46
Итого на завтрак:		370	432	401,16	496,15
2-й завтрак	Яблочко.	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Трассовник	150	200	83,41	95,43
	Макароны сев.	110	130	181,63	191,02
	Тертые овощи.	60	70	112,03	130,7
	Сыр том.	20	30	16,73	20,07
	Св. пюре	40	40	9,6	9,6
	Каша гр. с маслом	150	180	67,94	81,53
	Хлеб рж	40	50	69,6	87
Итого на обед:		570	700	510,94	615,35
Полдник	Молоко	150	200	90,09	120,12
	Булочка ват.	60	60	206,92	206,92
Итого на полдник:		210	260	297,01	327,04
Ужин	Карш оф. пюре.	110	130	106,55	125,9
	Котлета рыб.	60	70	61,22	71,42
	Банан.	30	40	48,6	104,8
	Салат с овощами.	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		350	420	291,46	356,23
ИТОГО:		1600	1912	1546,57	1839,77