



«Утверждаю»
Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
Е.В. Маркина
2024г.

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 11 января 2024 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 пшеничная	150	200	181,8	243,73
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	44,16
	Каша	150	180	88,72	106,46
Итого на завтрак:		340	432	384,42	496,15
2-й завтрак	Яблоко	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Суп с доп. лапшой	150	200	104,27	136,65
	Гренок из курицы	150	180	214,41	268,02
	Салат из кап. с мор.	40	60	54,75	82,12
	Желе	40	50	69,6	89
	Каша из черной	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		530	670	510,97	655,32
Полдник	Каша из св.ч. з.	150	200	53,62	71,5
	Булочка вап.	60	60	206,92	206,92
Итого на полдник:		210	260	260,54	278,42
Ужин	Винегрет овощ.	150	150	285,63	285,63
	Яблоко 1/2	20	20	14,2	14,2
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимон.	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		350	390	551,32	586,54
ИТОГО:		1530	1852	1752,25	2061,43