



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на
 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 пшеница ^о	150	200	161,46	215,28
	Блишеч	30	40	78,6	104,8
	Джем	20	25	73,4	91,75
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		350	445	358,55	465,94
2-й завтрак	Яблочко	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Свекольник	150	180	102,25	134,01
	Картофель жарен	110	130	106,55	125,92
	Рыба отварен с соус.	60	70	112,99	131,83
	Варен св	30	30	4,5	4,5
	Кисель рыб	40	50	69,6	87
	Компот из ябл.	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		540	640	441,37	537,84
Полдник	Молоко	150	200	90,09	120,12
	Яблоч	30	30	106,2	106,2
Итого на полдник:		180	230	196,29	226,32
Ужин	Макарон	110	130	461,63	191,02
	Овощи тушен	60	70	137,16	160,02
	Блишеч	30	40	78,6	104,8
	Сок.	150	180	40,5	94
Итого на ужин:		350	320	447,89	550,14
ИТОГО:		1520	1735	1489,1	1825,24