



Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 16 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	209,17	266,88
	Датон	30	40	78,6	104,8
	Джем	30	30	73,2	73,2
	Чай	150	180	45,03	54,11
Итого на завтрак:		360	450	397,06	499
2-й завтрак	Блишки	200	100	90	45
Итого на второй завтрак:		200	100	90	45
Обед	Щи со св. капустой	150	200	50,4	65,52
	Рагу из курицы	175	220	229,02	288,57
	Овощи кон.	30	30	3,9	3,9
	Желе с яб.	40	50	69,6	87
	Компот из черн.	150	180	69,94	81,63
Итого на обед:		545	680	422,86	526,52
Полдник	Сок	150	200	78,33	104,4
	Булочки ван.	60	60	206,92	206,92
Итого на полдник:		210	260	285,25	311,32
Ужин	Макарона				
	с сыром	200	200	292	292
	Напиток шиповн.	150	180	71,18	85,42
Итого на ужин:		350	380	363,18	377,42
ИТОГО:		1665	1870	1558,35	1759,26