



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

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 19 января 2024 г.
длительность пребывания в детском саду 2 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 пшеничная	150	200	182,80	243,73
	Датон	30	40	78,6	104,8
	Масло сл.	7	10	52,36	74,8
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		337	430	358,85	477,44
2-й завтрак	Мандарины	150	100	57	38
Итого на второй завтрак:		150	100	57	38
Обед	Суп овощной	150	200	101,92	122,66
	Трени овб.	110	130	183,01	223,38
	Пюре картофельное	60	70	112,03	130,7
	Соус томатный	25	30	16,73	20,07
	Св. пюре	40	40	3,6	9,6
	Желе	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		575	700	544,37	647,93
Полдник	Сок	150	200	70,5	94
	Фрукты	30	30	125,1	125,1
Итого на полдник:		180	230	195,6	219,1
Ужин	Блинчики	150	150	370,05	370,05
	Джем	30	30	108,6	108,6
	Чай с медом	180	180	56,23	56,23
Итого на ужин:		360	360	534,88	534,88
ИТОГО:		1602	1820	1690,7	1917,41