



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

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 16.01.24 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	Наша кашка	150	200	180,09	240,12
	Булочка	30	40	38,6	104,8
	Джем	20	20	48,8	48,8
	Чай	170	180	46,88	56,23
Итого на завтрак:		370	440	354,37	449,95
2-й завтрак	Леденчик	200	100	90	45
Итого на второй завтрак:		200	100	90	45
Обед	Суп мясной	150	200	118,32	153,82
	Фрикадельки	110	130	189,01	223,38
	Тунец из консерв.	60	80	100,50	117,7
	Салат гр.	40	50	69,6	88
	Компот из фруктов	150	180	67,94	81,53
	Салат из капусты с мор.	40	60	54,75	82,12
Итого на обед:		550	690	600,52	745,55
Полдник	Суп	200	200	94	94
	Джем	30	30	125,1	125,1
Итого на полдник:		230	230	219,1	219,1
Ужин	Винегрет овощей	150	150	285,63	285,63
	1/2 хлеба	20	20	31,5	31,5
	Булочка	30	40	38,6	104,8
	Чай с лимонадом	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		350	390	440,82	476,04
ИТОГО:		1700	1850	1704,81	1935,64