

«Утверждаю»
 Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 «___» _____ 2023г.

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 28 декабря 2023 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 овсяная | 150 | 200 | 170,33 | 207,38 |
| | Батон | 30 | 40 | 78,6 | 104,8 |
| | Масло сл. | 2 | 10 | 52,36 | 74,8 |
| | Каша | 150 | 180 | 111,13 | 133,36 |
| Итого на завтрак: | | 337 | 430 | 412,48 | 520,34 |
| 2-й завтрак | Яблоко | 100 | 100 | 45 | 45 |
| Итого на второй завтрак: | | 100 | 100 | 45 | 45 |
| Обед | Рассольник | 150 | 200 | 106,13 | 128,21 |
| | Розы из курицы | 125 | 220 | 229,02 | 288,57 |
| | Салат из мор. с мор. | 40 | 60 | 54,75 | 82,12 |
| | Желе | 40 | 50 | 63,6 | 87 |
| | Компот из свекл. | 150 | 180 | 60,45 | 72,5 |
| Итого на обед: | | 555 | 710 | 520,01 | 658,4 |
| Полдник | Молоко | 200 | 200 | 120,12 | 120,12 |
| | Булочка бат. | 60 | 60 | 206,92 | 206,92 |
| Итого на полдник: | | 260 | 260 | 327,04 | 327,04 |
| Ужин | Рис отв. | 110 | 130 | 132,42 | 195,61 |
| | Пюре картофельн. | 60 | 70 | 61,22 | 71,42 |
| | Батон | 30 | 40 | 78,6 | 104,8 |
| | Напиток шипов. | 180 | 180 | 71,18 | 85,42 |
| Итого на ужин: | | 380 | 420 | 343,42 | 457,25 |
| ИТОГО: | | 1632 | 1920 | 1647,95 | 2008,03 |