

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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»  
 на 29.01.2024 г.  
 длительность пребывания в детском саду 12 часов**

| Приём пищи                      | Наименование блюда | Вес блюда (г)                     |                                  | Энергетическая ценность (ккал.)   |                                  |
|---------------------------------|--------------------|-----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
|                                 |                    | Возрастная категория:<br>1-3 года | Возрастная категория:<br>3-7 лет | Возрастная категория:<br>1-3 года | Возрастная категория:<br>3-7 лет |
| Завтрак                         | Каша пшеничная     | 150                               | 200                              | 200,18                            | 266,89                           |
|                                 | Башен              | 30                                | 40                               | 78,6                              | 104,8                            |
|                                 | Сыр                | 10                                | 12                               | 34,3                              | 41,16                            |
|                                 | Копч. кол.         | 150                               | 180                              | 103,77                            | 124,52                           |
| <b>Итого на завтрак:</b>        |                    | <b>340</b>                        | <b>432</b>                       | <b>416,84</b>                     | <b>537,37</b>                    |
| 2-й завтрак                     | Сыр.               | 100                               | 100                              | 47                                | 47                               |
| <b>Итого на второй завтрак:</b> |                    | <b>100</b>                        | <b>100</b>                       | <b>47</b>                         | <b>47</b>                        |
| Обед                            | Свекольник         | 150                               | 200                              | 122,25                            | 134,01                           |
|                                 | Рис осв.           | 110                               | 130                              | 132,42                            | 195,61                           |
|                                 | Кура осв.          | 60                                | 70                               | 113,18                            | 131,6                            |
|                                 | Вашиниц салат.     | 60                                | 60                               | 82,12                             | 82,12                            |
|                                 | Кисель рис.        | 40                                | 50                               | 69,6                              | 87                               |
|                                 | Компот из яблок.   | 150                               | 180                              | 45,48                             | 54,58                            |
|                                 |                    |                                   |                                  |                                   |                                  |
| <b>Итого на обед:</b>           |                    | <b>550</b>                        | <b>650</b>                       | <b>545,05</b>                     | <b>684,92</b>                    |
| Полдник                         | Молоко             | 150                               | 200                              | 90,09                             | 120,12                           |
|                                 | Творог.            | 30                                | 30                               | 106,2                             | 106,2                            |
| <b>Итого на полдник:</b>        |                    | <b>180</b>                        | <b>230</b>                       | <b>196,29</b>                     | <b>226,32</b>                    |
| Ужин                            | Макарона осв.      | 110                               | 130                              | 161,63                            | 191,02                           |
|                                 | Печень по шрот.    | 60                                | 70                               | 109,40                            | 127,64                           |
|                                 | Башен              | 30                                | 40                               | 78,6                              | 104,8                            |
|                                 | Чай с сахаром.     | 150                               | 180                              | 45,09                             | 54,11                            |
|                                 |                    |                                   |                                  |                                   |                                  |
| <b>Итого на ужин:</b>           |                    | <b>350</b>                        | <b>420</b>                       | <b>394,72</b>                     | <b>477,57</b>                    |
| <b>ИТОГО:</b>                   |                    | <b>1520</b>                       | <b>1872</b>                      | <b>1599,9</b>                     | <b>1983,18</b>                   |