



Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 30.09.24 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	Каша «Архыба»	150	200	161,46	215,28
	Банан	30	40	78,6	104,8
	Масло	7	10	52,36	74,8
	Кор-шоп.	150	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		337	430	396,19	519,4
2-й завтрак	Маггаришот	100	100	38	38
Итого на второй завтрак:		100	100	38	38
Обед	Суп горох.	150	200	93,09	124,12
	Каршоп. жар.	110	130	106,55	125,9
	Котлета мясн.	60	70	168,4	196,46
	Омлет св.	40	40	4	4
	Хлеб рж	40	50	69,6	88
	Каша из кураш.	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		550	670	509,58	619,01
Полдник	Каша из св. молока	150	200	64,35	87,22
	Печенье.	40	40	166,8	166,8
Итого на полдник:		190	240	231,15	254,02
Ужин	Омлет кашур	130	130	169,41	169,41
	Мака каб.	50	60	39	46,8
	Банан.	30	40	78,6	104,8
	Напиток. шип.	150	180	71,18	85,42
Итого на ужин:		360	410	358,19	406,43
ИТОГО:		1537	1850	1533,11	1836,86