



«Утверждаю»
Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
Е.В. Маркина
«06» февраля 2024г.

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 06 февраля 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
	башош	30	40	78,6	104,8
	масло	7	10	52,36	74,8
	чай	150	180	45,03	51,11
Итого на завтрак:		337	430	346,44	438,42
2-й завтрак	яблочко	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	суп с гречкой и картошкой	150	200	104,27	125,72
	мясные котлеты	100	100	231,15	231,15
	хлеб рж	40	50	63,6	87
	компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		500	590	460,5	498,45
Полдник	Кисель из черники	150	200	33,62	71,5
	бюблочки ванильные	60	60	206,32	206,32
Итого на полдник:		210	260	260,54	278,42
Ужин	рис отварной	110	130	132,42	135,61
	омарин из картофеля	60	70	231,13	270,42
	курица копченая	40	40	36	36
	башош	30	40	78,6	104,8
	чай с лимоном	150	180	45,03	54,11
Итого на ужин:		330	460	523,24	660,94
ИТОГО:		1537	1840	1625,72	1921,23