



«Утверждаю»
 Заведующий ДООУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 2024г.

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
 на 02-02 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 пшеничная	150	200	208,74	106,89
	банан	30	40	48,6	104,8
	молоко	7	10	52,36	44,8
	какао	150	180	111,13	133,36
Итого на завтрак:		337	430	442,26	579,85
2-й завтрак	яблоко	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Щи со св. кол.	150	200	50,4	65,22
	Третья св. св.	110	130	189,01	223,38
	Вермиш. с соусом	60	70	12,03	130,7
	соус том.	20	30	16,73	20,04
	супец св.	40	40	6	6
	хлеб рж.	40	50	69,6	84
	компот сухофрукт.	150	180	64,94	81,53
Итого на обед:		570	700	511,71	613,9
Полдник	Резерв	200	200	94,52	94,52
	Зетар	60	60	181,2	181,2
Итого на полдник:		260	260	275,72	275,72
Ужин	Сырники св-е	150	150	376,05	376,05
	джем	25	25	61	61
	чай с молоком	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		325	355	483,88	493,28
ИТОГО:		1592	1845	1458,57	2007,75