



Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»

на 13.02.24 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 овсяная	150	200	161,24	214,93
	башош	30	40	78,6	104,8
	шаман	7	10	52,36	74,8
	чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		337	430	337,29	448,69
2-й завтрак	башош	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	суп овощной	150	200	101,92	122,66
	тюре картофель.	110	130	106,55	125,9
	курица котл.	60	70	113,18	131,6
	хумусная котл.	40	40	36	36
	хлеб ржт	40	50	69,6	87
	компот из башош.	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		550	670	482,73	557,74
Полдник	вафли	30	30	106,2	106,2
	кисель суев. ш.	150	200	53,62	74,95
Итого на полдник:		180	230	159,82	171,5
Ужин	манарона с сарош	200	200	292	292
	чай с шим.	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		350	380	338,88	348,23
ИТОГО:		1517	1810	1353,72	1577,16