



Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»

на 26. февраля 2024г.

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                  | Наша мушкетёрш.         | 150                            | 200                           | 180,09                          | 240,12                        |
|                          | Батон                   | 30                             | 40                            | 78,6                            | 104,8                         |
|                          | Макао см.               | 7                              | 7                             | 52,36                           | 52,36                         |
|                          | Чай                     | 180                            | 180                           | 54,11                           | 54,11                         |
| Итого на завтрак:        |                         | 367                            | 427                           | 365,16                          | 451,39                        |
| 2-й завтрак              | Доброе утро             | 200                            | 100                           | 90                              | 45                            |
| Итого на второй завтрак: |                         | 200                            | 100                           | 90                              | 45                            |
| Обед                     | Рассольник              | 150                            | 200                           | 106,13                          | 128,21                        |
|                          | Рис отвар.              | 110                            | 130                           | 132,42                          | 155,61                        |
|                          | Гуляш из говяд.         | 60                             | 70                            | 109,9                           | 117,70                        |
|                          | Салат из капусты с мор. | 40                             | 60                            | 54,75                           | 82,12                         |
|                          | Желе из ябл.            | 40                             | 50                            | 63,6                            | 87                            |
|                          | Каша из свекл. со.      | 150                            | 180                           | 60,55                           | 72,5                          |
| Итого на обед:           |                         | 550                            | 630                           | 524,41                          | 683,14                        |
| Полдник                  | Макао                   | 150                            | 200                           | 89,73                           | 120,12                        |
|                          | Батон                   | 40                             | 40                            | 127,44                          | 127,44                        |
| Итого на полдник:        |                         | 190                            | 240                           | 217,17                          | 247,56                        |
| Ужин                     | Картоф. пюре            | 110                            | 130                           | 106,55                          | 125,32                        |
|                          | Котлета рыбная          | 60                             | 70                            | 64,22                           | 71,42                         |
|                          | Батон                   | 30                             | 40                            | 78,6                            | 104,8                         |
|                          | Чай с лимон.            | 180                            | 180                           | 56,23                           | 56,23                         |
| Итого на ужин:           |                         | 380                            | 420                           | 302,6                           | 358,37                        |
| ИТОГО:                   |                         | 1687                           | 1877                          | 1493,34                         | 1785,46                       |