



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

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 01 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	Сырники с гр. круп.	150	200	107,62	134,16
	Банан	30	40	48,6	104,8
	Яблоч.	20	20	18,8	48,8
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		350	440	219,11	342,87
2-й завтрак	Яблочко	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Суп овощной	150	200	69,14	89,88
	Рагу с гр. круп.	145	220	229,02	288,54
	Огурец пом.	20	30	31,64	37,94
	Хлеб рж.	40	50	69,6	87
	Компот с фрукт. соев.	150	180	60,45	72,5
Итого на обед:		535	680	459,85	575,92
Полдник	Кефир	150	200	78,33	104,44
	Крекер с сах.	60	60	235,63	235,63
Итого на полдник:		210	260	313,96	340,07
Ужин	Сырники сев-с.	150	150	376,05	376,05
	С. шоколад	30	30	101,4	101,4
	Чай с сахаром	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		330	360	522,54	522,54
ИТОГО:		1525	1840	1614,46	1826,4