



«Утверждаю»
Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
Е.В. Маркина
«13» января 2024г.

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»

на 13.03 2024 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 манная	150	200	184,16	236,21
	Булочка	30	40	48,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Молоко	150	180	88,52	106,46
Итого на завтрак:		340	432	378,78	488,63
2-й завтрак	Яблоко	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Мясной суп с картофелем	150	200	50,4	65,52
	Рис с курицей	145	220	229,02	288,57
	Свекла	40	40	6	6
	Учебный салат	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,18	54,58
Итого на обед:		555	690	400,6	501,67
Полдник	Печенье	150	200	50,89	94,52
	Земляника	50	50	151	151
Итого на полдник:		200	250	221,89	245,52
Ужин	Сырники с яблоками	150	150	386,05	386,05
	Пюре	30	30	110,1	110,1
	Мясной салат	150	180	84,18	85,42
Итого на ужин:		330	360	557,33	571,57
ИТОГО:		1525	1832	1603,5	1852,39