



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

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
 на 21.03.24 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 рисовая	150	200	187,16	236,24
	банан	30	40	48,6	104,8
	сир	10	12	34,3	41,16
	какао	150	180	183	133,36
Итого на завтрак:		340	432	401,19	515,53
2-й завтрак	банана	150	150	144	144
Итого на второй завтрак:		150	150	144	144
Обед	Рассольник	150	200	106,19	128,24
	Зрелая овсян.	110	130	189,01	223,38
	Тертая свекла	60	70	12,03	130,2
	соевые тоф.	30	30	20,07	20,07
	св. капуста	30	30	4,5	4,5
	кисель рис	40	50	69,6	84
	Косинот шурпован	150	180	67,94	81,53
	Итого на обед:		570	690	569,34
Полдник	Медик	150	200	49,5	94
	Зефир	50	50	151	151
Итого на полдник:		200	250	221,5	245
Ужин	Сардины тв-е	150	150	376,05	376,05
	фениш	40	40	97,6	97,6
	чай с сахаром	150	180	16,88	56,27
Итого на ужин:		340	370	520,53	529,88
ИТОГО:		1600	1892	1856,56	2109,8