



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

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 28.03.24 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	Мама маковая	150	200	161,24	214,38
	Вафлик	30	40	28,6	104,8
	Сыр	12	12	41,16	41,16
	Мюсли-маммон	180	180	184,52	124,52
Итого на завтрак:		372	432	405,52	485,46
2-й завтрак	Яблоко	200	100	30	45
Итого на второй завтрак:		200	100	30	45
Обед	Сыр с зеленью, макароны	150	200	104,27	129,72
	Макарон-пюре	110	130	106,55	125,32
	Фруктовый салат	60	70	112,93	131,83
	Йогурт	40	50	63,6	87
	Компот из фруктов	180	180	64,35	64,35
Итого на обед:		540	630	458,76	534,82
Полдник	Мамама	200	200	120,12	120,12
	Вафлик	50	50	17,7	17,7
Итого на полдник:		250	250	237,12	237,12
Ужин	Омлет натур.	130	130	163,41	163,41
	Чай с сахаром	50	50	39	39
	Пюре	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	180	180	56,23	56,23
Итого на ужин:		390	400	343,24	363,44
ИТОГО:		1752	1812	1593,64	1731,84