

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



Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
 на Всень 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	235,24
	банан	30	40	78,6	104,8
	шашо	7	10	52,36	74,8
	чай с молоком	150	180	65,34	78,41
Итого на завтрак:		337	430	373,46	494,22
2-й завтрак	яблоки	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Суп горох.	150	200	60,31	80,41
	Творог свеж.	110	130	189,01	223,38
	Пюре из свекл.	60	70	100,9	117,70
	Курочка копч.	40	60	36	54
	Хлеб рж	40	50	69,6	87
	Компот из фруктов.	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		550	690	523,76	644,02
Полдник	молоко	150	200	90,09	120,12
	крекеры	50	50	183	183
Итого на полдник:		200	250	273,09	303,12
Ужин	Каша греч.	150	180	117,69	141,23
	Хлеб рж	60	70	76,95	90,53
	банан	30	40	78,6	104,8
	чай	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		390	470	318,33	390,67
ИТОГО:		1577	1940	1533,64	1877,03