«Утверждаю»
Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
_____Е.В. Маркина
«13» 01 _____2023г.

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 13 января 2023 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 пшенная	150	200	200,17	266,89
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	10	52,36	74,8
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		**337**	**430**	**376,22**	**500,6**
2-й завтрак	Яблоки	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		**100**	**100**	**45**	**45**
Обед	Рассольник	150	200	73,41	95,43
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Котлета мясная	60	70	168,4	196,46
	Салат из капусты с морковью	40	60	54,75	82,12
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из свежемороженой ягоды	150	180	60,45	72,5
Итого на обед:		**550**	**690**	**533,16**	**663,41**
Полдник	Сок	150	200	78,3	104,4
	Гребешок с джемом	60	60	220,44	220,44
Итого на полдник:		**210**	**260**	**298,74**	**324,84**
Ужин	Макароны с сыром	200	200	292	292
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		**350**	**380**	**338,88**	**348,23**
ИТОГО:		**1547**	**1860**	**1592**	**1882,08**