«Утверждаю»
Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
_____ Е.В. Маркина
«19» января 2023г.

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 19 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 «Дружба»	150	200	161,46	215,28
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	10	52,36	74,8
	Какао	150	180	111,13	133,36
Итого на завтрак:		**337**	**430**	**403,55**	**528,24**
2-й завтрак	Мандарины	100	100	53	53
Итого на второй завтрак:		**100**	**100**	**53**	**53**
Обед	Суп с клецками на кур.бульоне	150	200	72	94,7
	Капуста тушеная	130	130	101,1	101,1
	«Ежики» мясные	60	70	173,64	204,28
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	180	180	54,58	54,58
Итого на обед:		**610**	**680**	**511,11**	**581,79**
Полдник	Йогурт	180	180	156,6	156,6
	Печенье	40	40	29,76	29,76
Итого на полдник:		**220**	**220**	**186,36**	**186,36**
Ужин	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Хлебцы рыбные	60	70	76,05	88,73
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	180	180	54,11	54,11
Итого на ужин:		**380**	**420**	**315,31**	**373,54**
ИТОГО:		**1677**	**1850**	**1491,56**	**1722,93**