

«Утверждаю»  
 Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»  
 Е.В. Маркина  
 « 29 » 2023 г.



**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»  
 на 23 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 манная	150	200	161,24	214,98
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло	7	10	52,36	74,8
	Кофейный напиток	150	200	103,77	124,52
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>337</b>	<b>430</b>	<b>396,37</b>	<b>519,1</b>
2-й завтрак	Яблоки	100	100	45	45
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>45</b>	<b>45</b>
Обед	Суп с макаронными изделиями	150	200	68,13	88,57
	Рис отварной	110	130	132,42	195,61
	Хлебцы рыбные	60	70	68,53	88,73
	Огурец свежий	30	30	3,9	3,9
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из изюма	180	180	81,53	81,53
<b>Итого на обед:</b>		<b>580</b>	<b>660</b>	<b>477,09</b>	<b>589,05</b>
Полдник	Сок	200	200	94	94
	Булочка ванильная	60	60	206,92	206,92
<b>Итого на полдник:</b>		<b>260</b>	<b>260</b>	<b>300,52</b>	<b>300,52</b>
Ужин	Ленивые голубцы	120	160	171,22	231,15
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Соус сметанный	25	25	52,94	52,94
	Чай с лимоном	180	180	56,23	56,23
<b>Итого на ужин:</b>		<b>360</b>	<b>410</b>	<b>358,59</b>	<b>445,12</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1637</b>	<b>1860</b>	<b>1577,97</b>	<b>1899,19</b>