

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



**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»  
 на 24 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 кукурузная	150	200	180,09	240,12
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Чай с молоком	150	180	65,34	78,41
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>340</b>	<b>432</b>	<b>358,33</b>	<b>464,49</b>
2-й завтрак	Бананы	100	100	58,1	58,1
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>58,1</b>	<b>58,1</b>
Обед	Щи со свежей капустой	150	200	50,4	65,52
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	Кура отварная	60	70	113,18	131,6
	Салат из свеклы и моркови	40	60	49,8	74,69
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот со свежемороженой ягоды	150	180	60,45	72,54
<b>Итого на обед:</b>		<b>580</b>	<b>690</b>	<b>494,81</b>	<b>600,94</b>
Полдник	Молоко	200	200	120,12	120,12
	Вафли	40	40	30,92	30,92
<b>Итого на полдник:</b>		<b>240</b>	<b>240</b>	<b>151,04</b>	<b>151,04</b>
Ужин	Макароны отварные	110	130	161,63	191,02
	Оладьи из печени	60	70	231,13	270,42
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	180	180	56,23	56,23
<b>Итого на ужин:</b>		<b>380</b>	<b>420</b>	<b>527,59</b>	<b>622,47</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1640</b>	<b>1882</b>	<b>1589,87</b>	<b>1897,04</b>