

«Утверждаю»
 Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 «10» 01 2023г.

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 31 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
	Кофейный напиток	150	200	103,77	124,52
Итого на завтрак:		337	430	396,19	519,4
2-й завтрак	Бананы	150	150	144	144
Итого на второй завтрак:		150	150	144	144
Обед	Щи со свежей капустой	150	200	50,4	65,52
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Суфле из курицы	60	70	327,56	362,26
	Икра кабачковая	50	60	39	46,8
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	180	180	54,58	54,58
Итого на обед:		560	690	638,59	742,06
Полдник	Сок	150	200	78,33	104,44
	Вафли	40	40	141,6	141,6
Итого на полдник:		190	240	219,93	246,04
Ужин	Макароны отварные	110	130	161,63	191,02
	Оладьи из печени	60	70	137,16	270,42
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	180	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		350	420	424,27	512,07
ИТОГО:		1587	1930	1822,98	2163,57