

«Утверждаю»
 Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 « 02 » 02 2023г.

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 02 февраля 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 рисовая	150	200	177,16	236,21
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	12	24	41,16	82,32
	Какао	150	180	88,72	106,46
Итого на завтрак:		342	444	385,64	529,79
2-й завтрак	Яблоки	110	110	49,5	49,5
Итого на второй завтрак:		110	110	49,5	49,5
Обед	Рассольник	150	200	73,41	95,43
	Капуста тушеная	110	130	86,31	101,99
	Рулет мясной с яйцом	60	70	113	132
	Огурец свежий	40	60	5,6	8,4
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из чернослива	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		510	680	443,03	530,73
Полдник	Йогурт	150	200	130,5	174
	Булочка ванильная	60	60	206,92	206,92
Итого на полдник:		170	230	155,87	271,52
Ужин	Омлет	130	130	169,41	211,76
	Икра кабачковая	50	60	39	46,8
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		360	410	333,89	377,24
ИТОГО:		1532	1904	1549,48	1868,18