



«Утверждаю»
 Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 « 09.02.2023 г.»

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 09 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 пшеничная	150	200	182,8	243,73
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Какао	150	180	88,72	106,46
Итого на завтрак:		340	432	384,42	496,46
2-й завтрак	Яблоки	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Суп с домашней лапшой	150	200	104,27	196,65
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Котлета мясная	60	70	168,4	196,46
	Салат из капусты с морковью	40	60	54,75	82,12
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		550	690	549,05	682,73
Полдник	Йогурт	150	180	130,5	156,6
	Булочка ванильная	60	60	206,92	206,92
Итого на полдник:		210	210	285	285
Ужин	Рис отварной	110	130	132,42	195,61
	Хлебцы рыбные	60	70	76,95	90,53
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		380	420	465,84	550,51
ИТОГО:		1580	1882	1648,95	2032,45