



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»  
на 14 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	2236,21
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Кофейный напиток	150	200	103,77	124,52
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>340</b>	<b>432</b>	<b>393,83</b>	<b>506,69</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	Рассольник	150	200	73,41	95,43
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Рулет мясной с яйцом	60	70	113	132
	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
<b>Итого на обед:</b>		<b>550</b>	<b>690</b>	<b>462,78</b>	<b>576,86</b>
Полдник	Кисель из свежемороженой ягоды	150	200	64,35	87,22
	Печенье	30	30	125,1	125,1
<b>Итого на полдник:</b>		<b>180</b>	<b>230</b>	<b>189,45</b>	<b>212,32</b>
Ужин	Омлет	130	130	169,41	211,76
	Икра кабачковая	40	50	31,2	39
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
<b>Итого на ужин:</b>		<b>350</b>	<b>400</b>	<b>326,19</b>	<b>411,79</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1520</b>	<b>1852</b>	<b>1417,25</b>	<b>1752,66</b>