

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

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»  
 на 15 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
	Джем	20	20	73,4	73,4
	Чай	150	180	45,09	54,11
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>350</b>	<b>440</b>	<b>379,89</b>	<b>476,04</b>
2-й завтрак	Яблоки	150	150	67,5	67,5
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>150</b>	<b>150</b>	<b>67,5</b>	<b>67,5</b>
Обед	Суп гороховый на курином бульоне	150	200	93,09	124,12
	Ленивые голубцы	160	160	231,15	231,15
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из изюма	150	180	67,94	81,53
<b>Итого на обед:</b>		<b>500</b>	<b>590</b>	<b>461,78</b>	<b>523,8</b>
Полдник	Кефир	180	180	94	94,
	Зефир	50	50	151	151
<b>Итого на полдник:</b>		<b>230</b>	<b>230</b>	<b>245</b>	<b>245</b>
Ужин	Сырники творожные	150	150	376,05	376,05
	Молоко сгущенное	25	25	61	61
	Чай с лимоном	180	180	56,23	56,23
<b>Итого на ужин:</b>		<b>325</b>	<b>355</b>	<b>483,93</b>	<b>493,28</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1555</b>	<b>1765</b>	<b>1638,1</b>	<b>11805,62</b>