



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 20 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 манная	150	200	161,24	214,98
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло	7	10	52,36	74,8
	Какао	150	180	111,13	133,36
Итого на завтрак:		337	430	403,73	527,94
2-й завтрак	Мандарины	100	100	38	38
Итого на второй завтрак:		100	100	38	38
Обед	Суп с макаронными изделиями	150	200	100,91	132,28
	Рис отварной	110	130	132,42	195,61
	Кура отварная	60	70	113,18	131,6
	Салат из моркови с зел.горошком	40	60	52,97	79,45
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из кураги	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		550	690	504,24	663,76
Полдник	Молоко	150	180	90,09	108,11
	Булочка ванильная	60	60	206,92	206,92
Итого на полдник:		210	260	297,01	327,04
Ужин	Капуста тушеная	110	130	86,31	101,99
	Котлета рыбная	60	70	61,22	71,42
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		350	420	271,21	332,32
ИТОГО:		1547	1900	1514,19	1889,06