

«Утверждаю»
 Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 « 28 » 02 2023 г.



**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 28 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
	Кофейный напиток	150	200	103,77	124,52
Итого на завтрак:		340	432	399,47	514,65
2-й завтрак	Бананы	200	200	192	192
Итого на второй завтрак:		200	200	192	192
Обед	Суп рыбный	150	200	118,32	153,82
	Тефтели мясные	60	70	112,03	130,7
	Греча отварная	110	130	189,01	223,38
	Соус томатный	20	20	16,73	16,73
	Салат из капусты с морковью	40	60	54,75	82,12
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из кураги	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		570	710	628,38	745,28
Полдник	Сок	150	200	70,5	94
	Вафли	30	30	106,2	106,2
Итого на полдник:		180	230	176,7	200,2
Ужин	Макароны отварные	110	130	161,63	191,02
	Оладьи из печени	60	70	231,13	270,42
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		350	420	518,24	622,47
ИТОГО:		1640	1992	1914,79	2304,6