



 «Утверждаю»
 Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 « 04 » 2023г.

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 2 марта 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 овсяная	150	200	170,39	207,38
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	10	52,36	74,8
	Кофейный напиток	150	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		337	430	301,35	511,5
2-й завтрак	Яблоки	150	150	67,5	67,5
Итого на второй завтрак:		150	150	67,5	67,5
Обед	Рассольник	150	200	73,41	95,43
	Ленивые голубцы	160	160	231,15	231,15
	Свежий помидор	40	40	9,6	9,6
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из свежемороженой ягоды	150	180	60,45	72,5
Итого на обед:		540	630	444,21	495,68
Полдник	Сок	150	200	70,5	94
	Булочка ванильная	60	60	206,92	206,92
Итого на полдник:		210	260	277,42	309,92
Ужин	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	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	291,46	356,25
ИТОГО:		1587	1890	1485,71	1740,85