



«Утверждаю»
Заведующий ДООУ № 4 «Сказка»
Е.В. Маркина
«26» 03 2023г.

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 6 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	Суп молочный с пшенной крупой	150	200	100,62	134,16
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	10	52,36	74,8
	Какао	150	180	88,72	106,46
Итого на завтрак:		337	430	276,67	367,87
2-й завтрак	Сок	100	150	23,5	70,5
Итого на второй завтрак:		100	150	23,5	70,5
Обед	Суп гороховый	150	200	60,31	80,41
	Рис отварной	110	130	132,42	195,61
	Кура отварная	100	120	443,46	534,29
	Огурец консервир.	20	30	25,2	37,97
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из изюма	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		570	710	798,93	978,34
Полдник	Йогурт	180	180	156,6	156,6
	Печенье	40	40	166,8	166,8
Итого на полдник:		220	220	323,4	323,4
Ужин	Омлет	130	130	169,41	211,76
	Икра кабачковая	40	50	31,2	39
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		350	400	324,3	367,32
ИТОГО:		1587	1910	1798,23	2160,28