



«Утверждаю»
Заведующий ДООУ № 4 «Сказка»
Е.В. Маркина
« 02 » / 03 2023г.

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 7 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 пшеничная	150	200	182,8	243,73
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло	7	10	52,36	74,8
	Кофейный напиток	150	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		337	430	417,03	547,85
2-й завтрак	Бананы	200	100	192	96
Итого на второй завтрак:		200	100	192	96
Обед	Свекольник	150	200	102,25	134,01
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Рулет мясной с яйцом	60	70	112,99	131,83
	Огурец свежий	60	60	6	6
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		540	660	442,87	539,34
Полдник	Сок	150	200	70,5	103
	Печенье	40	40	166,8	166,8
Итого на полдник:		190	240	237,3	269,8
Ужин	Макароны с сыром	200	200	292	292
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		350	380	338,88	348,23
ИТОГО:		1617	1810	1628,08	1801,22