



**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 10 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 макаронными изделиями	150	200	107,35	143,14
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Джем	20	20	48,8	48,8
	Чай	150	180	56,23	67,55
Итого на завтрак:		350	440	290,98	364,29
2-й завтрак	Груши	200	100	84	42
Итого на второй завтрак:		200	100	84	42
Обед	Щи со свежей капустой	150	200	50,4	65,52
	Плов из курицы	150	180	221,27	268,02
	Салат из свеклы с чесноком	60	60	75,71	75,71
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	180	180	54,58	54,58
Итого на обед:		550	610	462,9	550,83
Полдник	Кефир	200	200	94,52	94,52
	Зефир	50	50	151	151
Итого на полдник:		250	250	245,52	245,52
Ужин	Сырники	110	150	251,95	376,05
	Молоко сгущенное	30	30	101,4	101,4
	Чай с лимоном	180	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		340	370	436,05	446,4
ИТОГО:		1690	1830	1519,45	1648,04