



**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»  
на 13 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 «Дружба»	150	200	161,46	215,28
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	10	52,36	74,8
	Чай	150	180	45,09	54,11
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>337</b>	<b>430</b>	<b>337,51</b>	<b>448,59</b>
2-й завтрак	Яблоки	200	100	90	45
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>200</b>	<b>100</b>	<b>90</b>	<b>45</b>
Обед	Рассольник	150	200	73,41	95,43
	Макароны отварные	110	130	161,63	191,02
	Котлета мясная	60	70	168,4	196,46
	Кукуруза консервированная	40	50	20	25
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из изюма	150	180	67,94	81,53
<b>Итого на обед:</b>		<b>550</b>	<b>670</b>	<b>600,56</b>	<b>721,85</b>
Полдник	Йогурт	180	180	156,6	156,6
	Сочник творожный	60	60	201,4	201,4
<b>Итого на полдник:</b>		<b>240</b>	<b>240</b>	<b>358</b>	<b>358</b>
Ужин	Салат степной	100	150	130	197,6
	Тефтели рыбные	60	70	76,95	90,53
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
<b>Итого на ужин:</b>		<b>390</b>	<b>440</b>	<b>400,03</b>	<b>449,16</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1717</b>	<b>1880</b>	<b>1786,1</b>	<b>2023,00</b>