



**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 14 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 кукурузная	150	200	180,09	240,12
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Кофейный напиток	150	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		340	432	396,76	510,9
2-й завтрак	Яблоки	150	150	67,5	67,5
Итого на второй завтрак:		150	150	67,5	67,5
Обед	Суп с фасолью на курином бульоне	150	200	118,83	155,58
	Рис отварной	110	130	132,42	195,61
	Кура отварная	60	70	113,18	131,6
	Огурец свежий	30	35	6	10,5
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		540	665	489,51	634,87
Полдник	Сок	150	200	70,5	94
	Печенье	30	30	125,1	125,1
Итого на полдник:		180	230	195,6	219,1
Ужин	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	Оладьи из печени по-кунцевски	60	70	137,16	160,02
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	180	180	56,23	56,23
Итого на ужин:		350	420	369,19	446,97
ИТОГО:		1560	1897	1518,56	1879,34