



«Утверждаю»
 Заведующий ДООУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 « 15 » 03 2023г.

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
 на 16 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
	Джем	20	20	73,4	73,4
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		350	440	379,89	476,04
2-й завтрак	Яблоки	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Суп с клецками на кур.бульоне	150	200	72	94,7
	Ленивые голубцы	120	140	173,36	202,25
	Огурец свежий	20	30	3	4,5
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Кисель из свежемороженой ягоды	150	180	64,35	67,94
Итого на обед:		480	600	385,9	456,39
Полдник	Кефир	150	150	78,33	78,33
	Пряник	50	50	183	183
Итого на полдник:		200	200	261,33	261,33
Ужин	Сырники творожные	130	130	325,91	325,91
	Молоко сгущенное	30	30	101,4	101,4
	Чай с лимоном	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		310	340	472,4	481,42
ИТОГО:		1440	1680	1544,52	1720,16