



«Утверждаю»
Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
Е.В. Маркина
2023г.

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 20 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 манная	150	200	161,24	214,98
	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	396,37	519,1
2-й завтрак	Апельсины	100	100	43	43
Итого на второй завтрак:		100	100	43	43
Обед	Суп с макаронными изделиями	150	200	100,91	132,28
	Капуста тушеная	100	120	78,46	94,156
	Котлета мясная	60	70	168,4	196,46
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из кураги	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		500	620	452,53	547,716
Полдник	Молоко	150	200	90,09	120,18
	Печенье	40	40	166,8	166,8
Итого на полдник:		190	240	256,89	286,92
Ужин	Омлет	130	130	169,41	169,41
	Зеленый горошек	40	40	20	20
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		350	390	313,1	348,32
ИТОГО:		1477	1780	1461,49	1745,056