



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»  
на 21 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	200,17	266,89
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Кофейный напиток	150	200	103,77	124,52
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>337</b>	<b>432</b>	<b>416,84</b>	<b>537,37</b>
2-й завтрак	Бананы	150	150	144	144
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>150</b>	<b>150</b>	<b>144</b>	<b>144</b>
Обед	Свекольник	150	200	102,25	134,01
	Макаронник с мясом	140	140	500,82	500,82
	Соус молочный	30	40	24,15	28,99
	Огурец свежий	20	30	3	4,5
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
<b>Итого на обед:</b>		<b>540</b>	<b>640</b>	<b>738,27</b>	<b>798,82</b>
Полдник	Молоко	150	200	90,09	120,12
	Гребешок с джемом	60	60	220,44	220,44
<b>Итого на полдник:</b>		<b>210</b>	<b>260</b>	<b>310,53</b>	<b>340,56</b>
Ужин	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	Оладьи из печени	60	70	137,16	160,02
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Напиток из шиповника	150	180	71,18	85,42
<b>Итого на ужин:</b>		<b>350</b>	<b>420</b>	<b>393,49</b>	<b>476,16</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1590</b>	<b>1902</b>	<b>2003,13</b>	<b>2296,91</b>