



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 03 апреля 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
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Какао	150	180	88,72	106,46
Итого на завтрак:		340	432	384,42	496,46
2-й завтрак	Сок	100	100	47	47
Итого на второй завтрак:		100	100	47	47
Обед	Суп овощной на кур.бульоне	150	200	69,14	89,88
	Греча отварная	110	130	189,01	223,38
	Гуляш из говядины	100	120	168,16	201,79
	Салат из свеклы с чесноком	40	60	50,48	75,71
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из кураги	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		590	720	614,33	759,29
Полдник	Молоко	150	200	90,09	120,12
	Пряник	50	50	183	183
Итого на полдник:		200	250	273,09	303,12
Ужин	Омлет	130	130	169,41	211,76
	Икра кабачковая	40	50	31,2	39
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	56,23	67,55
Итого на ужин:		360	410	343,24	430,91
ИТОГО:		1590	1912	1662,08	2030,66