



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

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 05 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 овсяная	150	200	161,24	214,98
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Джем	20	20	73,4	73,4
	Чай с молоком	150	180	65,34	78,41
Итого на завтрак:		350	440	378,58	471,59
2-й завтрак	Яблоки	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Суп гороховый на курином бульоне	150	200	93,09	124,12
	Капуста тушеная	110	130	86,3	102
	Рулет мясной с яйцом	60	70	112,99	131,83
	Компот из кураги	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		510	630	429,92	526,48
Полдник	Кефир	150	200	78,33	94,52
	Зефир	50	50	151	151
Итого на полдник:		180	210	184,53	200,19
Ужин	Сырники творожные	150	150	376,05	376,05
	Молоко сгущенное	30	30	101,4	101,4
	Кисель из свежемороженой ягоды	150	200	57,91	77,22
Итого на ужин:		330	380	535,36	554,67
ИТОГО:		1490	1800	1618,19	1853,18