



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 14 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	Яблоки	150	150	67,5	67,5
Итого на второй завтрак:		150	150	67,5	67,5
Обед	Суп с фасолью на курином бульоне	150	200	118,83	155,58
	Греча отварная	110	130	189,01	223,38
	Гуляш из говядины	100	120	168,16	201,79
	Салат из свеклы с огурцом конс.	40	60	50,63	75,95
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из кураги	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		550	690	596,91	741,14
Полдник	Молоко	150	200	90,09	120,12
	Пряник	50	50	183	183
Итого на полдник:		200	250	273,09	303,12
Ужин	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	Оладьи из печени	60	70	231,13	270,42
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		350	420	461,37	457,93
ИТОГО:		1590	1942	1783,29	2065,9