



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 19 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
	Масло сливочное	7	10	52,36	74,8
	Кофейный напиток	150	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		337	430	417,53	547,85
2-й завтрак	Бананы	100	100	96	96
Итого на второй завтрак:		100	100	96	96
Обед	Свекольник	150	200	102,25	134,01
	Макароны отварные	110	130	161,63	191,02
	Котлета рыбная	60	70	61,22	71,42
	Огурец свежий	40	40	6	6
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из изюма	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		550	670	486,64	541,65
Полдник	Кефир	150	200	78,33	94,52
	Зефир	50	50	151	151
Итого на полдник:		200	250	229,33	255,44
Ужин	Сырники творожные	130	130	325,91	325,91
	Джем	30	30	110,1	110,1
	Чай с лимоном	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		330	360	531,24	540,26
ИТОГО:		1517	1810	1742,74	1980,94