



**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»  
на 20 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 «Дружба»	150	200	161,46	215,28
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Чай	150	180	45,09	54,11
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>350</b>	<b>445</b>	<b>417,23</b>	<b>536,35</b>
2-й завтрак	Яблоки	100	100	45	45
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>45</b>	<b>45</b>
Обед	Щи со свежей капустой	150	200	50,4	65,52
	Рагу из курицы	175	220	229,02	288,57
	Свежий помидор	40	40	9,6	9,6
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
<b>Итого на обед:</b>		<b>555</b>	<b>710</b>	<b>404,1</b>	<b>505,27</b>
Полдник	Йогурт	150	150	130,5	130,5
	Булочка ванильная	60	60	206,92	206,92
<b>Итого на полдник:</b>		<b>210</b>	<b>210</b>	<b>337,42</b>	<b>337,42</b>
Ужин	Ленивые голубцы	160	160	231,15	231,15
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	45,09	54,11
<b>Итого на ужин:</b>		<b>340</b>	<b>380</b>	<b>354,84</b>	<b>390,06</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1545</b>	<b>1882</b>	<b>1460,81</b>	<b>1737,04</b>