



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

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 27 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
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Какао	150	180	88,72	106,46
Итого на завтрак:		340	432	362,86	467,4
2-й завтрак	Яблоки	150	150	67,5	67,5
Итого на второй завтрак:		150	150	67,5	67,5
Обед	Свекольник	150	200	102,25	134,01
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	Оладьи из печени	60	70	231,13	270,42
	Свежий помидор	40	40	9,6	9,6
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из свежемороженой ягоды	150	180	60,45	72,5
Итого на обед:		550	670	579,58	699,45
Полдник	Сок	150	200	70,5	94
	Печенье	40	40	166,8	166,8
Итого на полдник:		190	240	237,3	260,8
Ужин	Ленивые голубцы	120	160	173,36	231,15
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	46,98	56,23
Итого на ужин:		300	380	298,94	392,18
ИТОГО:		1530	1872	1546,18	1887,33