



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 28 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
	Какао	150	180	88,72	106,46
Итого на завтрак:		337	430	402,48	529,79
2-й завтрак	Груши	150	150	63	63
Итого на второй завтрак:		150	150	63	63
Обед	Суп рыбный	150	200	118,32	153,82
	Рис отварной	110	130	132,42	195,61
	Гуляш из говядины	60	70	100,90	117,7
	Салат из свеклы с чесноком	40	60	50,48	75,71
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из кураги	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		550	690	539,65	711,39
Полдник	Молоко	150	180	90,09	108,108
	Вафли	30	30	106,2	106,2
Итого на полдник:		180	210	196,29	214,308
Ужин	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Суфле из курицы	60	70	327,56	362,26
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		260	420	557,8	647,07
ИТОГО:		1477	1900	1759,22	2165,55