



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 03 мая 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 рисовая	150	200	177,16	236,21
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	10	52,36	74,8
	Какао	150	180	111,13	133,36
Итого на завтрак:		337	430	419,65	549,17
2-й завтрак	Бананы	200	100	178	89
Итого на второй завтрак:		150	150	144	144
Обед	Щи со свежей капустой	150	200	50,4	65,52
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Котлета рыбная	60	70	61,22	71,42
	Огурец свежий	20	30	3	4,5
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		530	660	336,25	408,92
Полдник	Кефир	150	180	70,5	84,6
	Зефир	50	50	151	151
Итого на полдник:		200	230	221,5	235,6
Ужин	Сырники творожные	140	140	350,98	350,98
	Джем	20	30	48,8	73,2
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		310	350	446,66	480,41
ИТОГО:		1527	1820	1568,06	1818,1