



«Утверждаю»
 И.о. заведующего ДОУ № 4 «Сказка»
 И.В. Федотова
 2022г.

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 11 октября 2022 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 манная	150	200	161	215
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	8	9	27,	30,9
	Чай с молоком	150	180	54,3	55,3
Итого на завтрак:		338	429	320,9	406
2-й завтрак	Бананы	100	100	55	55
Итого на второй завтрак:		100	100	55	55
Обед	Борщ	150	200	60,9	79,2
	Азу из говядины	150	190	145	188,5
	Свежий помидор	40	60	5,6	8,4
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот со свежемороженой ягоды	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		530	680	349,04	444,63
Полдник	Молоко	150	200	70,5	94
	Вафли	20	50	70,8	177
Итого на полдник:		170	250	141,3	271
Ужин	Рис отварной	110	130	132,4	195,61
	Оладьи из печени	60	70	137,1	160
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	47,0	56,0
Итого на ужин:		350	420	395,1	516,41
ИТОГО:		1488	1879	1261,34	1693,04