



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 12 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 «Дружба»	150	200	161,5	215,3
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Джем	20	30	45,	54
	Чай с молоком	150	180	54,3	55,3
Итого на завтрак:		350	450	340,4	429,4
2-й завтрак	Яблоки	120	120	58	58
Итого на второй завтрак:		120	120	58	58
Обед	Рассольник	150	200	73,41	95,43
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Руллет мясной с яйцом	60	70	113	132
	Огурец свежий	40	60	5,6	8,4
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот с курагой	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		550	690	436,1	530,26
Полдник	Кефир	150	180	85,07	94,52
	Вафли	20	50	70,8	177
Итого на полдник:		170	230	155,87	271,52
Ужин	Сырники творожные	140	140	370	370
	Молоко сгущенное	20	30	53	65
	Чай с лимоном	150	180	47,0	56,0
Итого на ужин:		310	350	470	491
ИТОГО:		1500	1840	1560,37	1780,18