



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 13 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 пшеничная	150	200	182,8	243,73
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	32,42	36,97
	Кофейный напиток	150	180	67,92	90,56
Итого на завтрак:		340	432	361,74	476,06
2-й завтрак	Яблоки	130	130	68	68
Итого на второй завтрак:		130	130	68	68
Обед	Суп гороховый	150	200	60,31	80,41
	Капуста тушеная	150	180	106,3	138,1
	Котлета мясная	60	70	168,4	196,46
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	78,1	93,87
Итого на обед:		550	680	482,71	595,84
Полдник	Йогурт	150	200	105,10	120,5
	Крендель сахарный	75	75	246,1	246,1
Итого на полдник:		225	275	351,2	366,6
Ужин	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	Хлебцы рыбные	60	70	68,53	88,73
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Напиток из шиповника	150	180	71,18	85,41
Итого на ужин:		350	420	324,86	404,86
ИТОГО:		1595	1937	1588,51	1911,36