


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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 17 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 кукурузная | 150 | 200 | 180,09 | 240,12 |
| | Батон | 30 | 40 | 78,6 | 104,8 |
| | Сыр | 10 | 12 | 34,3 | 41,16 |
| | Чай | 150 | 180 | 45,09 | 54,11 |
| Итого на завтрак: | | 340 | 432 | 338,08 | 440,19 |
| 2-й завтрак | Яблоки | 100 | 100 | 45 | 45 |
| Итого на второй завтрак: | | 100 | 100 | 45 | 45 |
| Обед | Суп крестьянский | 150 | 200 | 63,95 | 83,14 |
| | Макароны отварные | 110 | 130 | 161,63 | 191,02 |
| | 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 | 514,5 | 636,1 |
| Полдник | Молоко | 150 | 200 | 70,5 | 94 |
| | Пряник | 50 | 50 | 183 | 183 |
| Итого на полдник: | | 190 | 240 | 253,5 | 277 |
| Ужин | Картофельное пюре | 110 | 130 | 106,55 | 125,92 |
| | Оладьи из печени по-кунцевски | 60 | 70 | 137,16 | 160,02 |
| | Батон | 30 | 40 | 78,6 | 104,8 |
| | Чай с лимоном | 150 | 180 | 47,0 | 56,0 |
| Итого на ужин: | | 350 | 420 | 369,31 | 446,74 |
| ИТОГО: | | 1530 | 1882 | 1520,39 | 1845,03 |