



**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 18 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
	Джем	20	30	45,	54
	Кофейный напиток	150	180	63,0	82,0
Итого на завтрак:		350	450	347,6	455,8
2-й завтрак	Бананы	100	100	55	55
Итого на второй завтрак:		100	100	55	55
Обед	Борщ с фасолью	150	200	75,68	98,38
	Рагу из курицы	175	220	229,02	288,57
	Огурец свежий	40	60	5,6	8,4
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	78,1	93,87
Итого на обед:		555	710	458,0	576,22
Полдник	Молоко	150	200	70,5	94
	Булочка ванильная	60	60	206,92	206,92
Итого на полдник:		110	260	277,42	300,92
Ужин	Омлет	130	150	169,41	211,76
	Икра кабачковая	40	60	11,6	17,4
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	47,0	56,0
Итого на ужин:		350	430	306,61	389,96
ИТОГО:		1465	1950	1444,63	1777,9