



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 20 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	161,46	215,28
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Чай с молоком	150	180	65,34	78,41
Итого на завтрак:		340	432	339,7	439,65
2-й завтрак	Яблоки	90	90	40,5	40,5
Итого на второй завтрак:		90	90	40,5	40,5
Обед	Рассольник	150	200	73,41	95,43
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Кура отварная	60	70	113,18	131,6
	Салат из свеклы с чесноком	40	60	50,48	75,71
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	78,1	93,87
Итого на обед:		550	690	458,7	570,24
Полдник	Йогурт	150	200	127,5	170
	Печенье	27	27	112,59	112,59
Итого на полдник:		177	227	240,09	282,59
Ужин	Ленивые голубцы	120	160	171,22	231,15
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	47,0	56,0
Итого на ужин:		300	380	296,82	391,95
ИТОГО:		1457	1819	1375,81	1724,63