



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 21 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 овсяная	150	200	170,39	207,38
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	10	52,36	74,8
	Кофейный напиток	150	180	63	82
Итого на завтрак:		337	430	364,35	468,98
2-й завтрак	Яблоки	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Суп с клецками	150	200	39,22	50,99
	Плов из курицы	150	180	221,27	268,02
	Огурец консервированный	20	30	2,6	3,9
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из изюма	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		510	640	400,63	491,44
Полдник	Сок	150	200	70,5	94
	Булочка ванильная	60	60	206,92	206,92
Итого на полдник:		210	260	277,42	300,92
Ужин	Капуста тушеная	110	130	86,31	101,1
	Тефтели рыбные	60	70	76,95	90,53
	Чай с лимоном	150	180	47,0	56,0
Итого на ужин:		350	420	288,86	352,43
ИТОГО:		1507	1850	1376,26	1658,77