



«Утверждаю»  
И.о.заведующего ДООУ № 4 «Сказка»  
И.В. Федотова  
« 24 » октября 2022г.

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»  
на 24 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 пшенная	150	200	200,17	266,89
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Джем	20	25	48,8	61
	Чай с молоком	150	180	65,34	78,41
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>350</b>	<b>445</b>	<b>392,91</b>	<b>511,1</b>
2-й завтрак	Яблоки	100	100	45	45
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>45</b>	<b>45</b>
Обед	Щи со свежей капустой	150	200	50,4	65,52
	Греча отварная	110	130	189,01	223,38
	Тефтели мясные	60	70	112,03	130,7
	Соус томатный	25	30	16,73	20,07
	Салат из свеклы с чесноком	40	60	50,48	75,71
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из свежемороженой ягоды	150	180	60,45	72,5
<b>Итого на обед:</b>		<b>575</b>	<b>720</b>	<b>548,7</b>	<b>674,88</b>
Полдник	Молоко	150	200	108	120
	Вафли	25	25	125	125
<b>Итого на полдник:</b>		<b>205</b>	<b>225</b>	<b>233</b>	<b>245</b>
Ужин	Салат степной	100	150	130	197,6
	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
<b>Итого на ужин:</b>		<b>340</b>	<b>440</b>	<b>392,76</b>	<b>518,42</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1570</b>	<b>1930</b>	<b>1612,37</b>	<b>1994,4</b>