



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 31 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
	Джем	20	25	48,8	61
	Кофейный напиток	150	180	56,39	67,66
Итого на завтрак:		350	445	354,18	440,84
2-й завтрак	Яблоки	120	120	54	54
Итого на второй завтрак:		120	120	54	54
Обед	Суп крестьянский	150	200	63,95	83,14
	Рис отварной	110	130	132,42	195,61
	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 свежемороженой ягоды	150	180	60,45	72,5
Итого на обед:		550	690	490,08	645,56
Полдник	Кефир	160	160	90,07	90,07
	Вафли	25	25	178,57	178,57
Итого на полдник:		185	185	178,57	178,57
Ужин	Салат картофельный с зел.горошком		150	130	197,6
	Котлета рыбная	60	70	61,22	71,42
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		320	390	310,12	386,73
ИТОГО:		1525	1830	1386,95	1705,70