



**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»  
на 21 ноября 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	161,24	214,98
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло	10	10	74,8	74,8
	Кофейный напиток	150	200	103,77	124,52
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>340</b>	<b>430</b>	<b>418,41</b>	<b>519,1</b>
2-й завтрак	Яблоки	200	100	90	45
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>200</b>	<b>100</b>	<b>90</b>	<b>45</b>
Обед	Суп с клецками на кур.бульоне	150	200	72	94,7
	Макароны отварные	110	130	161,63	191,02
	Оладьи из печени	60	70	231,13	270,42
	Салат из капусты с морковью	40	60	54,75	82,12
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот с курагой	150	180	67,94	81,53
<b>Итого на обед:</b>		<b>580</b>	<b>690</b>	<b>670,64</b>	<b>806,79</b>
Полдник	Молоко	180	180	108,11	108,11
	Вафли	40	20	141,6	70,8
<b>Итого на полдник:</b>		<b>220</b>	<b>200</b>	<b>249,71</b>	<b>178,91</b>
Ужин	Винегрет овощной	150	160	190,42	342,76
	½ яйца	20	20	142	142
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай	150	180	45,09	54,11
<b>Итого на ужин:</b>		<b>350</b>	<b>390</b>	<b>456,11</b>	<b>491,33</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1690</b>	<b>1810</b>	<b>1884,87</b>	<b>2041,13</b>