



«Утверждаю»
Заведующий ДООУ № 4 «Сказка»
Е.В. Маркина
2022г.

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 18 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	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	107,35	143,14
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Джем	20	20	73,4	73,4
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		350	440	304,44	375,45
2-й завтрак	Яблоки	150	100	67,5	45
Итого на второй завтрак:		150	100	67,5	45
Обед	Суп с фасолью на курином бульоне	150	200	118,83	155,58
	Капуста тушеная	130	130	101,1	101,1
	«Ежики» мясные	60	70	173,64	204,28
	Соус томатный	25	30	16,73	20,07
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		555	660	525,38	622,61
Полдник	Сок	180	180	94	94
	Печенье	20	20	83,4	83,4
Итого на полдник:		200	200	177,4	177,4
Ужин	Салат картофельный с зеленым горошком	80	100	123,42	154,28
	Тефтели рыбные	60	70	76,95	90,53
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		320	390	324,06	403,72
ИТОГО:		1757	1790	1398,78	1624,18