



«Утверждаю»
И.с.заведующего ДООУ № 4 «Сказка»
И.В. Федотова
2022г.

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 08 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 овсяная	150	200	170,39	207,38
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Чай с молоком	170	180	70,41	78,41
Итого на завтрак:		360	432	353,7	431,75
2-й завтрак	Яблоки	200	100	90	45
Итого на второй завтрак:		200	100	90	45
Обед	Суп гороховый на курином бульоне	150	200	93,09	124,12
	Макароны отварные	110	130	161,63	191,02
	Рулет мясной с яйцом	70	70	131,83	131,83
	Салат из свеклы с чесноком	40	60	50,48	75,71
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		560	690	552,11	664,26
Полдник	Молоко	180	200	108,11	120,12
	Вафли	40	40	204	204
Итого на полдник:		220	240	312,11	324,12
Ужин	Капуста тушеная	150	180	117,69	141,23
	Оладьи из печени	60	70	231,13	270,42
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		390	470	472,51	570,56
ИТОГО:		1730	1932	1780,43	2035,69