



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 01 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 пшеничная	150	200	182,8	243,73
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Какао	150	180	111,13	133,36
Итого на завтрак:		340	432	406,83	523,05
2-й завтрак	Яблоки	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Борщ	150	200	60,94	79,22
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Котлета мясная	60	70	168,4	196,46
	Огурец свежий	20	30	2	3
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из изюма	150	180	67,94	90,58
Итого на обед:		530	660	475,43	582,18
Полдник	Йогурт	180	180	153	153
	Печенье	30	30	132	132
Итого на полдник:		210	210	285	285
Ужин	Макароны отварные	110	130	161,63	191,02
	Печень по-строг.	160	170	180,52	200,58
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	47,0	56,0
Итого на ужин:		390	460	465,84	550,51
ИТОГО:		1570	1862	1678,1	1985,74