



«Утверждаю»

И.о. заведующего ДООУ № 4 «Сказка»

Л.В. Федотова

2022г.

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»  
на 09 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
	Масло	7	10	52,36	74,8
	Кофейный напиток	150	180	103,77	124,52
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>337</b>	<b>430</b>	<b>417,53</b>	<b>547,85</b>
2-й завтрак	Бананы	150	150	144	144
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>150</b>	<b>150</b>	<b>144</b>	<b>144</b>
Обед	Суп рыбный	150	200	118,32	153,82
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	«Ежики» мясные	60	70	112,03	130,7
	Соус томатный	25	30	16,73	20,07
	Огурец свежий	40	40	6	6
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из изюма	150	180	67,94	81,53
<b>Итого на обед:</b>		<b>575</b>	<b>700</b>	<b>558,78</b>	<b>678,62</b>
Полдник	Кефир	180	180	94	94,
	Зефир	50	50	151	151
<b>Итого на полдник:</b>		<b>230</b>	<b>230</b>	<b>245</b>	<b>245</b>
Ужин	Сырники творожные	150	150	376,05	376,05
	Джем	40	40	97,6	97,6
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
<b>Итого на ужин:</b>		<b>340</b>	<b>370</b>	<b>520,53</b>	<b>529,88</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1632</b>	<b>1880</b>	<b>1885,84</b>	<b>2145,35</b>