



**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»  
на 17 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 гречневая	150	200	184,63	246,17
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Чай	150	180	45,09	54,11
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>350</b>	<b>432</b>	<b>342,62</b>	<b>446,24</b>
2-й завтрак	Мандарины	115	115	60,95	60,95
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>115</b>	<b>115</b>	<b>60,95</b>	<b>60,95</b>
Обед	Свекольник	150	200	102,25	134,01
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Хлебцы рыбные	60	70	76,95	90,53
	Огурец консервированный	30	30	3,9	3,9
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
<b>Итого на обед:</b>		<b>540</b>	<b>660</b>	<b>403,83</b>	<b>494,14</b>
Полдник	Йогурт	180	180	156,6	156,6
	Булочка ванильная	60	60	206,92	206,92
<b>Итого на полдник:</b>		<b>240</b>	<b>240</b>	<b>363,52</b>	<b>363,52</b>
Ужин	Овощи тушеные в молоч.соусе	130	150	169,41	211,76
	½ яйца	20	20	142	142
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Напиток из шиповника	150	180	71,18	85,42
<b>Итого на ужин:</b>		<b>350</b>	<b>440</b>	<b>535,72</b>	<b>657,47</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1585</b>	<b>1887</b>	<b>1706,64</b>	<b>2022,32</b>