



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 25 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 рисовая | 150 | 200 | 177,16 | 236,21 |
| | Батон | 30 | 40 | 78,6 | 104,8 |
| | Масло сливочное | 7 | 10 | 52,36 | 74,8 |
| | Чай | 180 | 180 | 54,11 | 54,11 |
| Итого на завтрак: | | 367 | 430 | 362,63 | 469,92 |
| 2-й завтрак | Яблоки | 150 | 100 | 67,5 | 45 |
| Итого на второй завтрак: | | 150 | 100 | 67,5 | 45 |
| Обед | Суп крестьянский | 150 | 200 | 63,95 | 83,14 |
| | Рагу из курицы | 175 | 220 | 229,02 | 288,57 |
| | Салат из свеклы с чесноком | 40 | 60 | 50,48 | 75,71 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 69,6 | 87 |
| | Компот из свежемороженой ягоды | 150 | 180 | 60,45 | 72,5 |
| Итого на обед: | | 585 | 710 | 485,55 | 606,92 |
| Полдник | Молоко | 200 | 200 | 120,12 | 120,12 |
| | Зефир | 50 | 50 | 151 | 151 |
| Итого на полдник: | | 250 | 250 | 271,12 | 271,12 |
| Ужин | Макароны с сыром | 200 | 200 | 292 | 292 |
| | Чай с лимоном | 150 | 180 | 45,09 | 54,11 |
| Итого на ужин: | | 350 | 380 | 338,88 | 348,23 |
| ИТОГО: | | 1702 | 1870 | 1525,68 | 1741,19 |