



**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»  
на 28 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 манная	150	200	161,24	214,98
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло	5	5	37,4	37,4
	Кофейный напиток	150	180	103,77	124,52
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>335</b>	<b>405</b>	<b>381,01</b>	<b>481,7</b>
2-й завтрак	Яблоки	150	100	67,5	45
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>150</b>	<b>100</b>	<b>67,5</b>	<b>45</b>
Обед	Суп с макаронными изделиями	150	200	100,91	132,28
	Рис отварной	110	130	132,42	195,61
	Котлета рыбная	60	70	61,22	71,42
	Салат из свеклы с огурцом конс.	40	60	50,63	75,95
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из свежемороженой ягоды	150	180	60,45	72,5
<b>Итого на обед:</b>		<b>550</b>	<b>690</b>	<b>475,23</b>	<b>634,76</b>
Полдник	Молоко	150	200	90,09	120,12
	Печенье	30	30	125,1	125,1
<b>Итого на полдник:</b>		<b>180</b>	<b>230</b>	<b>215,19</b>	<b>245,22</b>
Ужин	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	Оладьи из печени по-кунцевски	60	70	137,16	160,02
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай	150	180	45,09	54,11
<b>Итого на ужин:</b>		<b>350</b>	<b>420</b>	<b>367,4</b>	<b>444,83</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1565</b>	<b>1845</b>	<b>1506,33</b>	<b>1851,51</b>