



«Подтверждаю»
Заведующий ДООУ № 4 «Сказка»
Л.В. Маркина
2022г.

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 30 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	Суп молочный с пшениной крупой	150	200	100,62	134,16
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Джем	20	20	48,8	48,8
	Чай	150	180	45,09	54,11
Итого на завтрак:		350	440	273,11	341,87
2-й завтрак	Яблоки	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Свекольник	150	200	102,25	134,01
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	Кура отварная	60	70	113,18	131,6
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		510	630	437,06	533,11
Полдник	Кисель из свежемороженой ягоды	150	200	64,35	87,22
	Зефир	50	50	151	151
Итого на полдник:		200	250	215,35	238,22
Ужин	Макароны с сыром	200	200	292	292
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		350	380	338,88	348,23
ИТОГО:		1510	1800	1309,04	1506,43