



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 21 декабря 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 пшенная	150	200	200,17	266,89
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	10	52,76	74,8
	Кофейный напиток	150	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		337	430	435,3	571,01
2-й завтрак	Яблоки	100	100	45	67,5
Итого на второй завтрак:		100	100	45	67,5
Обед	Суп с клецками	150	200	72	94,7
	Ленивые голубцы	160	160	231,15	231,15
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		500	590	418,23	467,43
Полдник	Кефир	150	200	78,33	104,44
	Зефир	50	50	151	151
Итого на полдник:		200	250	229,33	255,44
Ужин	Сырники творожные	150	150	376,05	376,05
	Джем	25	25	91,75	91,75
	Чай с лимоном	150	180	56,23	67,55
Итого на ужин:		325	355	524,03	535,35
ИТОГО:		1462	1775	1651,89	1896,73