



**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 07 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 манная	150	200	161,24	214,98
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	10	52,36	74,8
	Кофейный напиток	150	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		337	430	305,37	512,1
2-й завтрак	Яблоки	150	100	67,5	45
Итого на второй завтрак:		150	100	67,5	45
Обед	Борщ с фасолью на кур.бульоне	150	200	108,46	131,16
	Греча отварная	110	130	189,01	223,38
	Гуляш из говядины	60	70	100,90	117,7
	Огурец свежий	40	40	6	6
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из кураги	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		550	670	527,17	638,34
Полдник	Кефир	180	180	94	94
	Вафли	40	40	141,6	141,6
Итого на полдник:		220	220	235,6	235,6
Ужин	Сырники творожные	150	150	376,05	376,05
	Джем	40	40	146,8	146,8
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		370	370	567,73	593,08
ИТОГО:		1597	1790	1795,97	2017,32