



**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»  
на 09 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 кукурузная	150	200	180,09	240,12
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло	7	10	52,36	74,8
	Чай с молоком	170	180	70,41	78,41
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>337</b>	<b>430</b>	<b>381,47</b>	<b>498,13</b>
2-й завтрак	Яблоки	200	100	90	45
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>200</b>	<b>100</b>	<b>90</b>	<b>45</b>
Обед	Свекольник	150	200	102,25	134,01
	Капуста тушеная	110	130	86,31	101,998
	Тефтели рыбные	60	70	76,95	90,53
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот со свежемороженой ягоды	150	180	67,94	81,53
<b>Итого на обед:</b>		<b>530</b>	<b>630</b>	<b>418,74</b>	<b>492,07</b>
Полдник	Сок	150	200	70,5	94
	Булочка ванильная	60	60	206,92	206,92
<b>Итого на полдник:</b>		<b>210</b>	<b>260</b>	<b>277,42</b>	<b>305,92</b>
Ужин	Макароны с сыром	200	200	292	292
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
<b>Итого на ужин:</b>		<b>350</b>	<b>380</b>	<b>338,88</b>	<b>348,23</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1647</b>	<b>1800</b>	<b>1506,5</b>	<b>1693,35</b>