


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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 12 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	52,36	74,8
	Кофейный напиток	150	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		337	430	434,9	571,07
2-й завтрак	Яблоко	100	100	45	45
Итого на второй завтрак:		100	100	45	45
Обед	Суп овощной	150	200	69,14	89,88
	Рис отварной	110	130	132,42	195,61
	Кура отварная	60	70	113,18	131,6
	Огурец консервир.	30	30	37,97	37,97
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот со свежемороженой ягоды	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		570	660	494,81	614,56
Полдник	Молоко	200	200	120,12	120,12
	Пряник	50	50	183	183
Итого на полдник:		250	250	303,12	303,12
Ужин	Блинчики	150	150	247,93	247,93
	Джем	40	40	146,8	146,8
	Чай с лимоном	150	180	45,09	54,11
Итого на ужин:		340	370	441,61	450,96
ИТОГО:		1597	1810	1719,44	1984,65