

«Утверждаю»
 Заведующий ДОУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 « 15 » 2022г.



**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
 на 15 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 пшеничная	150	200	182,8	243,73
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Какао на молоке	150	180	88,72	106,46
Итого на завтрак:		340	432	384,42	436,21
2-й завтрак	Яблоки	200	150	90	67,5
Итого на второй завтрак:		200	150	90	67,5
Обед	Суп гороховый на курином бульоне	150	200	93,09	124,12
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Рулет мясной с яйцом	70	70	131,83	131,83
	Салат из свеклы с чесноком	40	60	50,48	75,71
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из изюма	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		550	690	500,65	626,11
Полдник	Кефир	200	200	94,52	94,52
	Вафли	40	40	141,6	141,6
Итого на полдник:		240	240	236,12	236,12
Ужин	Сырники творожные	150	150	255,27	255,27
	Молоко сгущенное	40	40	13,12	13,12
	Кисель из свежемороженой ягоды	150	180	64,35	77,22
Итого на ужин:		340	370	332,74	345,61
ИТОГО:		1670	1882	1543,93	1771,55