



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 16 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 овсяная	150	200	170,39	207,38
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло	7	10	52,36	74,8
	Кофейный напиток	150	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		337	430	405,12	511,5
2-й завтрак	Мандарины	200	100	76	38
Итого на второй завтрак:		200	100	76	38
Обед	Суп с макаронными изделиями	150	200	100,91	132,28
	Азу из говядины	150	220	191,83	283,58
	Салат из капусты с морковью	40	60	54,75	82,12
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		550	710	489,94	630,56
Полдник	Йогурт	180	180	156,6	156,6
	Печенье	40	40	166,8	166,8
Итого на полдник:		220	220	323,4	323,4
Ужин	Макароны с сыром	200	200	292	292
	Чай с лимоном	180	180	56,23	56,23
Итого на ужин:		380	380	348,23	348,23
ИТОГО:		1687	1840	1642,69	1860,69