



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

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 23 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	Суп молочный с гречневой крупой	150	200	100,62	134,16
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Кофейный напиток	150	200	103,77	124,52
Итого на завтрак:		340	432	317,29	404,64
2-й завтрак	Мандарины	100	100	53	53
Итого на второй завтрак:		100	100	53	53
Обед	Суп крестьянский	150	200	63,95	83,14
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	Тефтели рыбные	60	70	76,95	90,53
	Кукуруза консервированная	40	60	36	54
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из кураги	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		550	690	420,99	522,1
Полдник	Кефир	150	-	78,33	-
	Молоко	-	200	-	120,12
	Вафли	40	40	141,6	141,6
Итого на полдник:		190	240	219,93	261,72
Ужин	Винегрет овощной	180	180	342,76	342,76
	½ яйца	20	20	31,5	31,5
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Напиток из шиповника	150	180	71,18	85,42
Итого на ужин:		380	420	524,04	564,48
ИТОГО:		1560	1882	1535,25	1805,94