



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»  
на 26 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 макаронными изделиями	150	200	107,35	143,14
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	10	52,36	74,8
	Чай с молоком	150	180	45,09	54,11
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>337</b>	<b>430</b>	<b>283,8</b>	<b>376,895</b>
2-й завтрак	Яблоки	150	150	67,5	67,5
<b>Итого на второй завтрак:</b>		<b>150</b>	<b>150</b>	<b>67,5</b>	<b>67,5</b>
Обед	Щи со свежей капустой	150	200	50,4	65,52
	Плов из курицы	150	180	221,27	268,02
	Огурец консервированный	20	30	25,31	37,97
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот со свежемороженой ягоды	150	180	60,45	72,54
<b>Итого на обед:</b>		<b>520</b>	<b>640</b>	<b>427,03</b>	<b>531,05</b>
Полдник	Йогурт	150	0	130,5	0
	Молоко	0	200	0	120,12
	Печенье	30	30	48,8	48,8
<b>Итого на полдник:</b>		<b>180</b>	<b>230</b>	<b>255,6</b>	<b>245,22</b>
Ужин	Блинчики	150	150	247,93	247,93
	Джем	20	20	48,8	48,8
	Чай с лимоном	150	180	56,23	67,55
<b>Итого на ужин:</b>		<b>320</b>	<b>350</b>	<b>352,96</b>	<b>364,28</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>1497</b>	<b>1800</b>	<b>1386,89</b>	<b>1584,86</b>