



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 27 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 «Дружба»	150	200	161,46	215,28
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	10	12	34,3	41,16
	Кофейный напиток	150	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		335	405	381,01	481,7
2-й завтрак	Мандарины	150	150	49,52	49,52
Итого на второй завтрак:		150	150	49,52	49,52
Обед	Борщ с фасолью на кур.бульоне	150	200	108,46	131,16
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,9
	Котлета рыбная	60	70	61,22	71,42
	Салат из капусты с морковью	40	60	54,75	82,12
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из изюма	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		550	690	468,52	579,15
Полдник	Сок	150	200	70,5	94
	Булочка ванильная	60	60	206,92	206,92
Итого на полдник:		210	260	277,42	300,92
Ужин	Макароны отварные	110	130	161,63	191,02
	Оладьи из печени	60	70	231,13	270,42
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	56,23	67,55
Итого на ужин:		350	420	527,59	633,79
ИТОГО:		1600	1952	1701,18	2049,14