



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

**Ежедневное меню основного питания ДОУ № 4 «Сказка»
на 29 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 манная	150	200	161,24	214,98
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Сыр	20	24	68,6	82,92
	Какао	150	180	111,13	133,36
Итого на завтрак:		350	444	419,57	535,46
2-й завтрак	Яблоки	120	120	54	54
Итого на второй завтрак:		120	120	54	54
Обед	Суп гороховый на курином бульоне	150	200	93,09	124,12
	Картофельное пюре	110	130	106,55	125,92
	Кура отварная	60	70	113,18	131,6
	Огурец консервир.	20	30	2,6	3,9
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из кураги	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		530	660	452,96	554,07
Полдник	Кисель из свежемороженой ягоды	180	180	64,35	64,35
	Вафли	40	40	102	102
Итого на полдник:		220	200	166,35	166,35
Ужин	Капуста тушеная	150	180	117,69	141,23
	«Ежики» мясные	60	70	173,64	204,28
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		350	420	385,42	467,3
ИТОГО:		1550	1844	1478,3	1777,18