



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

**Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
на 30 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 пшеничная	150	200	200,17	266,89
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	10	52,36	74,8
	Кофейный напиток	150	180	103,77	124,52
Итого на завтрак:		337	430	376,22	500,6
2-й завтрак	Сок	150	200	70,5	94
Итого на второй завтрак:		150	200	70,5	94
Обед	Суп овощной	150	200	69,14	89,88
	Греча отварная	110	130	189,01	223,38
	Тефтели мясные	60	70	112,03	130,7
	Соус молочный	25	25	16,73	16,73
	Огурец консервир.	30	30	37,97	37,97
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из кураги	150	180	67,94	81,53
Итого на обед:		570	660	494,81	614,56
Полдник	Молоко	150	180	90,09	108,11
	Печенье	30	30	125,1	125,1
Итого на полдник:		180	210	215,19	233,21
Ужин	Макароны с сыром	200	200	292	292
	Чай с лимоном	150	180	46,88	56,23
Итого на ужин:		350	380	338,88	348,23
ИТОГО:		1567	1900	1560,62	1841,9