Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 15 августа 2024 года
Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	*Каша жидкая манная с маслом*		*140/2*	*160/3*
2.	*Какао с молоком*		*160*	*180*
3.	*Бутерброд с маслом*		*30/3*	*37/5*
	2 завтрак:			
4.	*Йогурт питьевой*		*125*	*125*
К/КАЛ: 486,49		Б: 16,17	Ж: 19,16	У: 62,37
ОБЕД				
1.	*Суп картофельный с рыбой*		*150*	*180*
2.	*Рыба отварная*		*60*	*60*
	Рагу из овощей		*110*	*130*
3.	*Огурец соленый*		*39*	*39*
	Компот из изюма	*0,005*	*150*	*180*
4.	*Хлеб ржаной*		*30*	*37,3*
К/КАЛ: 609,44		Б: 40,03	Ж: 20,92	У: 81,38
ПОЛДНИК				
1.	*Сырники из творога*		*80*	*100*
	Соус молочный сладкий		*30*	*50*
2.	*Чай с сахаром*		*150*	*180*
3.				
К/КАЛ: 318,35		Б: 19,68	Ж: 14,93	У: 26,28

Всего на одного ребенка в день: *1414,28* к/кал