

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»**

На 21 апреля 2025 года

Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	<i>Каша пшеничная на сгущенном молоке</i>		155	200
	<i>с маслом</i>			
2.	<i>Чай с сахаром</i>		150	180
3.	<i>Бутерброд с маслом</i>		30/3	37,4/5
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Сок фруктовый</i>		135,5	180
К/КАЛ: 421,14		Б: 10,63	Ж: 11,74	У: 68,24
ОБЕД				
1.	<i>Суп картофельный с макар. изделиями</i>		150	180
	<i>и мясными фрикадельками</i>			
2.	<i>Котлета «Улыбка»</i>		70	80
3.	<i>Капуста тушеная</i>		<u>110</u> 35	<u>130</u> 50
	<i>Салат из зеленого горошка</i>			
4.	<i>Компот из апельсинов</i>		<u>150</u> 30	<u>180</u> 37,7
	<i>Хлеб ржаной</i>			
К/КАЛ: 648,28		Б: 18,73	Ж: 22,56	У: 194,24
ПОЛДНИК				
1.	<i>Манник</i>		<u>75</u> 12	<u>85</u> 12
	<i>Соус фруктовый</i>			
2.	<i>Чай с лимоном</i>		150/3,5	180/7,5
К/КАЛ: 259,25		Б: 13,60	Ж: 11,55	У: 41,82

Всего на одного ребенка в день: 1328,67 к/кал