

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

На 24 декабря 2025 года

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

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	<i>Каша жидккая рисовая</i>		<i>140/2</i>	<i>150/3</i>
2.	<i>Бутерброд с повидлом</i>		<i>39,3</i>	<i>54,8</i>
3.	<i>Чай с молоком</i>		<i>150</i>	<i>200</i>
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Печенье сахарное</i>		<i>10,2</i>	<i>20,5</i>
	<i>Ряженка</i>		<i>120</i>	<i>144,4</i>
К/КАЛ: 538,82		Б: 15,35	Ж: 15,86	У: 71,61

ОБЕД

1.	<i>Суп-лапша домашняя на курином бульоне</i>		<i>150</i>	<i>200</i>
2.	<i>Птица тушеная в соусе с овощами Салат из зеленого горошка</i>		<i>150</i> <i>22</i>	<i>200</i> <i>31</i>
3.	<i>Компот из яблок</i>	<i>0,005</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
4.	<i>Хлеб пшеничный Хлеб ржаной</i>		<i>29,2</i> <i>30</i>	<i>31</i> <i>34,7</i>
К/КАЛ: 636,83		Б: 20,79	Ж: 16,82	У: 94,16

ПОЛДНИК

1.	<i>Пирожок печенный с морковью и яйцом</i>		<i>60</i>	<i>70</i>
2.	<i>Сок фруктовый</i>		<i>135</i>	<i>168</i>

К/КАЛ: 230,00 Б: 5,45 Ж: 3,15 У: 44,78

Всего на одного ребенка в день: 1405,65 к/кал