

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

**На 30 декабря 2025 года**

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

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	<i>Каша жидкая манная</i>		140	160
2.	<i>Чай с сахаром</i>		150	180
3.	<i>Бутерброд с повидлом</i>		36,9	40,3
2 завтрак:				
4.	<i>Сок фруктовый</i>		120	147,8
К/КАЛ: 507,80		Б: 17,18	Ж: 16,4	У: 68,01
<b>ОБЕД</b>				
1.	<i>Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне</i>		150	180
2.	<i>Шницель рубленный</i>		50	60
3.	<i>Каша рисовая рассыпчатая</i>		<u>110</u>	<u>130</u>
	<i>Огурец соленый</i>		35	35
4.	<i>Напиток из шиповника</i>		<u>150</u>	<u>180</u>
	<i>Хлеб ржаной</i>		29,1	30,8
К/КАЛ: 595,20		Б: 31,53	Ж: 26,31	У: 87,24
<b>ПОЛДНИК</b>				
1.	<i>Булочка дорожная</i>		60	70
2.	<i>Компот из изюма</i>		150	180
К/КАЛ: 270,30		Б: 9,47	Ж: 7,53	У: 39,88

Всего на одного ребенка в день: 1373,30 к/кал