

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 19 августа 2026 года
Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	<i>Каша жидкая геркулесовая</i>		140/2	160/3
2.	<i>Бутерброд с сыром</i>		42	53,1
3.	<i>Чай с сахаром</i>		160	200
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Ряженка</i>		115	140
К/КАЛ: 420,72		Б: 17,61	Ж: 21,41	У: 57,44
ОБЕД				
1.	<i>Суп картофельный с клецками на курином бульоне</i>		150	200
2.	<i>Котлеты рубленые из птицы</i>		60	70
	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>		110	130
3.	<i>Капуста тушеная</i>		<u>30</u>	<u>50</u>
	<i>Компот из изюма</i>	0,005	150	180
4.	<i>Хлеб ржаной</i>		30	35,9
К/КАЛ: 651,68		Б: 23,86	Ж: 19,66	У: 96,70
ПОЛДНИК				
1.	<i>Булочка домашняя</i>		60	80
2.	<i>Молоко кипяченое</i>		140	174
К/КАЛ: 283,06		Б: 8,66	Ж: 9,17	У: 25,78

Всего на одного ребенка в день: 1355,46 к/кал