

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 03 июля 2025 года
Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	<i>Каша вязкая «Дружба» с маслом</i>		160/3	170/5
2.	<i>Бутерброд с маслом</i>		30/3	37,5/5
3.	<i>Кофейный напиток с молоком</i>		160	180
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Яблоки</i>		<i>шт.</i>	<i>шт.</i>
К/КАЛ: 419,98		Б: 10,46	Ж: 12,64	У: 66,54
ОБЕД				
1.	<i>Рассольник «Ленинградский» на м/к</i>		150/3	180/5
	<i>бульоне со сметаной</i>			
2.	<i>Рыба отварная</i>		<u>50</u>	<u>70</u>
	<i>Макаронные изделия отварные</i>		110	130
3.	<i>Икра морковная</i>		<u>40</u>	<u>60</u>
	<i>Компот из апельсинов</i>		150	180
4.	<i>Хлеб пшеничный</i>		<u>29</u>	<u>29</u>
	<i>Хлеб ржаной</i>		30,1	35,6
К/КАЛ: 620,03		Б: 29,22	Ж: 10,01	У: 107,43
ПОЛДНИК				
1.	<i>Сырники из творога</i>		<u>80</u>	<u>90</u>
	<i>Соус молочный сладкий</i>		16	24
2.	<i>Чай с сахаром</i>		160	180
К/КАЛ: 287,90		Б: 19,68	Ж: 14,93	У: 26,28

Всего на одного ребенка в день: 1327,91 к/кал