

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 04 июля 2025 года

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

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	<i>Каша жидкая пшеничная</i>		150/3	170/5
2.	<i>Бутерброд с сыром</i>		42	50,8
3.	<i>Какао с молоком</i>		160	180
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Йогурт питьевой</i>		135	144
К/КАЛ: 448,92		Б: 15,34	Ж: 16,58	У: 58,78
ОБЕД				
1.	<i>Борщ с капустой на м/к бульоне со сметаной</i>		150/5	200/7,3
2.	<i>Котлета мясная</i>		<u>60</u>	<u>80</u>
	<i>Картофельное пюре</i>		90	110
3.	<i>Огурец соленый</i>		<u>45</u>	<u>58</u>
	<i>Напиток из шиповника</i>		150	180
4.	<i>Хлеб ржаной</i>		30	35,6
К/КАЛ: 638,80		Б: 25,42	Ж: 24,20	У: 73,63
ПОЛДНИК				
1.	<i>Омлет натуральный с маслом</i>		130	150
2.	<i>Чай с молоком</i>		160	180
К/КАЛ: 324,40		Б: 16,15	Ж: 15,14	У: 24,25

Всего на одного ребенка в день: 1412,12 к/кал