

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 08 июля 2025 года

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

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	<i>Каша жидкая манная</i>		<i>140/2</i>	<i>150/2,5</i>
2.	<i>Кофейный напиток с молоком</i>		<i>160</i>	<i>180</i>
	<i>Яйцо вареное</i>		<i>40</i>	<i>40</i>
3.	<i>Хлеб пшеничный</i>		<i>31,4</i>	<i>31,4</i>
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Бифидок</i>		<i>130</i>	<i>131</i>
К/КАЛ: 443,80		Б: 17,18	Ж: 16,4	У: 68,01
ОБЕД				
1.	<i>Суп картофельный с бобовыми на м/к</i>		<i>150</i>	<i>180</i>
	<i>бульоне</i>			
2.	<i>Гуляш из отварного мяса</i>		<i>60</i>	<i>60</i>
3.	<i>Каша рисовая с маслом</i>		<i>90</i>	<i>130</i>
	<i>Свекла отварная</i>		<i>60</i>	<i>60</i>
4.	<i>Напиток из шиповника</i>		<i>150</i>	<i>180</i>
	<i>Хлеб ржаной</i>		<i>30,1</i>	<i>35,7</i>
К/КАЛ: 696,20		Б: 31,53	Ж: 26,31	У: 87,24
ПОЛДНИК				
1.	<i>Запеканка из творога с рисом</i>		<i>80</i>	<i>95</i>
	<i>Соус фруктовый</i>		<i>30</i>	<i>50</i>
2.	<i>Сок фруктовый</i>		<i>150</i>	<i>175</i>
К/КАЛ: 267,80		Б: 9,47	Ж: 7,53	У: 39,88

Всего на одного ребенка в день: *1407,80 к/кал*