Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 30 мая 2025 года
Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	*Каша манная жидкая*		*140*	*150*
2.	*Какао с молоком*		*150*	*180*
	Яйцо вареное		*40*	*40*
3.	*Хлеб пшеничный*		*30,8*	*30,8*
	2 завтрак:			
4.	*Яблоки*		*1шт.*	*1шт.*
К/КАЛ: 473,80		Б: 16,45	Ж: 13,21	У: 75,74
	ОБЕД			
1.	*Рассольник «Домашний» на м/к*		*150/5,2*	*180/7,7*
	бульоне со сметаной			
2.	*Гуляш из отварного мяса*		*60*	*70*
	Каша гречневая рассыпчатая		*120*	*130*
3.	*Свекла отварная*		*40*	*50*
	Компот из изюма	*0,005*	*150*	*180*
4.	*Хлеб ржаной*		*32,2*	*38,7*
К/КАЛ: 686,90		Б: 32,43	Ж: 26,56	У: 87,50
	ПОЛДНИК			
1.	*Ватрушка королевская с творогом*		*75*	*100*
2.	*Чай с лимоном*		*150/4,2*	*180/5,3*
К/КАЛ: 258,20		Б: 35,08	Ж: 13,43	У: 30,12

Всего на одного ребенка в день: *1418,90 к/кал*