

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»**

На 07 мая 2026 года

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

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	<i>Суп молочный с макарон. изделиями</i>		150	180
2.	<i>Бутерброд с маслом</i>		30/3	35,9/4
3.	<i>Какао с молоком</i>		160	200
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Кефир</i>		120	142
К/КАЛ: 420,96		Б: 16,17	Ж: 19,16	У: 62,37
ОБЕД				
1.	<i>Суп картофельный с рыбой</i>		150	180
2.	<i>Котлета рыбная</i>		50	80
	<i>Рагу из овощей</i>		110	150
3.	<i>Огурец соленый</i>		38	47,4
	<i>Компот из яблок</i>	0,005	150	180
4.	<i>Хлеб ржаной</i>		30,1	35,3
К/КАЛ: 610,20		Б: 40,03	Ж: 20,92	У: 81,38
ПОЛДНИК				
1.	<i>Сырники из творога</i>		80	100
	<i>Соус молочный сладкий</i>		15	30
2.	<i>Чай с сахаром</i>		150	180
К/КАЛ: 279,45		Б: 19,68	Ж: 14,93	У: 26,28

Всего на одного ребенка в день: 1310,61 к/кал