

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

На 11 марта 2025 года

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

| № Бл. | ЗАВТРАК | Вит. С | порция | |
|----------------|--|----------|-----------|-----------|
| | | | ясли | сад |
| 1. | <i>Суп молочный с макаронными изделиями</i> | | 150 | 180 |
| 2. | <i>Какао с молоком</i> | | 150 | 180 |
| 3. | <i>Бутерброд с сыром</i> <i>2 завтрак:</i> | | 42,1 | 57,9 |
| 4. | <i>Апельсины</i> | | 1шт. | 1шт. |
| К/КАЛ: 465,20 | | Б:15,24 | Ж: 14,21 | У: 70,15 |
| ОБЕД | | | | |
| 1. | <i>Щи из свежей капусты на м/к бульоне со сметаной</i> | | 150/5,2 | 200/7,5 |
| 2. | <i>Тефтели в соусе</i> | | <u>56</u> | <u>75</u> |
| | <i>Картофельное пюре</i> | | 110 | 150 |
| 3. | <i>Икра свекольная</i> | | <u>30</u> | <u>50</u> |
| | <i>Компот из яблок</i> | 0,005 | 150 | 200 |
| 4. | <i>Хлеб ржаной</i> | | 30,2 | 38,6 |
| К/КАЛ: 620,65 | | Б: 20,69 | Ж: 20,83 | У: 81,43 |
| ПОЛДНИК | | | | |
| 1. | <i>Запеканка из творога</i> | | <u>75</u> | <u>90</u> |
| | <i>Соус фруктовый</i> | | 15 | 20 |
| 2. | <i>Компот из кураги</i> | | 150 | 180 |
| | | | | |
| К/КАЛ: 315,40 | | Б: 18,05 | Ж: 12,10 | У: 32,23 |

Всего на одного ребенка в день: 1401,25 к/кал