

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 13 ноября 2025 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	34,6/5
3.	<i>Какао с молоком</i>		150	200
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Кефир</i>		125	150
К/КАЛ: 447,25		Б: 16,17	Ж: 19,16	У: 62,37
ОБЕД				
1.	<i>Суп картофельный с рыбой</i>		150	180
2.	<i>Котлета рыбная</i>		<u>50</u>	<u>80</u>
	<i>Рагу из овощей</i>		110	150
3.	<i>Огурец соленый</i>		<u>36,5</u>	<u>36,5</u>
	<i>Компот из яблок</i>	0,005	150	180
4.	<i>Хлеб ржаной</i>		30	35,9
К/КАЛ: 597,85		Б: 40,03	Ж: 20,92	У: 81,38
ПОЛДНИК				
1.	<i>Сырники из творога</i>		<u>80</u>	<u>100</u>
	<i>Соус молочный сладкий</i>		30	30
2.	<i>Чай с сахаром</i>		150	180
К/КАЛ: 298,05		Б: 19,68	Ж: 14,93	У: 26,28

Всего на одного ребенка в день: 1343,15 к/кал