Ежедневное меню основного питания МБДОУ
«Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 20 ноября 2026 года
Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	*Каша кукурузная жидкая*		*150/2*	*180/3*
2.	*Бутерброд с сыром*		*41*	*48,8*
3.	*Кофейный напиток с молоком*		*160*	*190*
	2 завтрак:			
4.	*Ряженка*		*110*	*126*
	Печенье		*10*	*21,2*
К/КАЛ: 529,30		Б: 16,87	Ж: 19,67	У: 66,78
	ОБЕД			
1.	*Рассольник «Ленинградский» на м/к*		*150/5*	*180/5,6*
	бульоне со сметаной			
2.	*Запеканка картофельная с мясным фаршем*		*120*	*150*
	Соус сметанный		*30*	*40*
3.	*Икра свекольная*		*50*	*50*
	Чай с лимоном		*150/3*	*180/4*
4.	*Хлеб ржаной*		*30*	*33,6*
К/КАЛ: 614,35		Б: 28,31	Ж: 26,16	У: 63,57
	ПОЛДНИК			
1.	*Булочка домашняя*		*60*	*80*
2.	*Сок фруктовый*		*140*	*179*
К/КАЛ: 264,92		Б: 4,62	Ж: 4,81	У: 37,63

Всего на одного ребенка в день: *1408,57 к/кал*