

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 10 октября 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 повидлом</i>		40,2	52,2
3.	<i>Какао с молоком</i>		150	180
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Кефир</i>		130	150
К/КАЛ: 438,06		Б: 11,42	Ж: 11,64	У: 72,15
ОБЕД				
1.	<i>Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной</i>		150/5,2	180/5,7
2.	<i>Биточки рубленые</i>		<u>45</u>	<u>70</u>
	<i>Каши гречневая рассыпчатая</i>		110	130
3.	<i>Свекла отварная</i>		<u>30</u>	<u>50</u>
	<i>Компот из яблок</i>		150	180
4.	<i>Хлеб ржаной</i>		30	35
К/КАЛ: 592,29		Б: 33,41	Ж: 14,06	У: 81,28
ПОЛДНИК				
1.	<i>Пирожок печеный с капустой и яйцом</i>		60	70
2.	<i>Сок фруктовый</i>		152	180
К/КАЛ: 262,37		Б: 6,15	Ж: 7,31	У: 42,42

Всего на одного ребенка в день: 1292,72 к/кал