Ежедневное меню основного питания МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок» Ha~24~октября~2025~года

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

	200рич-1111 1111-1111			
№	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
Бл.			ясли	сад
1.	Каша манная жидкая		160/2	170/3
2.	Бутерброд с сыром		40	45
3.	Какао с молоком 2 завтрак:		150	180
4.	Кефир		120	139,5
К/КАЛ: 437,80		Б: 16,45	Ж: 13,21	У: 75,74
	ОБЕД			
1.	Рассольник «Домашний» на м/к		180/5,2	200/7,3
	бульоне со сметаной			
2.	Биточки рубленые		<u>60</u>	<u>80</u>
	Каша гречневая рассыпчатая		110	130
3.	Икра свекольная		<u>30</u>	<u>50</u>
	Компот из яблок	0,005	150	180
4.	Хлеб ржаной		30	37,8
К/КАЛ: 605,28		Б: 32,43	Ж: 26,56	У: 87,50
	полдник			
1.	Ватрушка королевская с творогом		70	80
2.	Чай с лимоном		150/3,5	180/6
K/K/		Б: 35,08	Ж: 13,43	У: 30,12

Всего на одного ребенка в день: 1300,48 к/кал