

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 28 октября 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>Бутерброд с сыром</i>		40	52,6
3.	<i>Какао с молоком</i>		150	180
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Яблоки</i>		1шт.	1шт.
К/КАЛ: 439,45		Б:15,24	Ж: 14,21	У: 70,15
ОБЕД				
1.	<i>Щи из свежей капусты на м/к бульоне со сметаной</i>		150/5,3	200/7,2
2.	<i>Тефтели в сметанно-томатном соусе</i>		<u>60</u>	<u>80</u>
	<i>Картофельное пюре</i>		110	130
3.	<i>Икра свекольная</i>		<u>30</u>	<u>50</u>
	<i>Компот из изюма</i>	0,005	150	180
4.	<i>Хлеб ржаной</i>		30,1	37,3
К/КАЛ: 596,68		Б: 20,69	Ж: 20,83	У: 81,43
ПОЛДНИК				
1.	<i>Запеканка из творога с манной крупой</i>		<u>70</u>	<u>90</u>
	<i>Соус фруктовый</i>		15	15
2.	<i>Чай с сахаром</i>		150	180
К/КАЛ: 289,25		Б: 18,05	Ж: 12,10	У: 32,23

Всего на одного ребенка в день: 1325,38 к/кал