

Ежедневное меню основного питания МБДОУ
«Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 13 октября 2026 года
Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	<i>Каша жидкая манная</i>		140/2	150/2
2.	<i>Хлеб пшеничный</i>		<u>29,7</u>	<u>29,7</u>
	<i>Яйцо</i>		40	40
3.	<i>Кофейный напиток с молоком</i>		160	180
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Бифидок</i>		<u>110</u>	<u>127</u>
	<i>Печенье</i>		10,1	20,3
К/КАЛ: 527,80		Б: 17,18	Ж: 16,4	У: 68,01
ОБЕД				
1.	<i>Суп картофельный с бобовыми на м/к</i>		150	180
	<i>бульоне</i>			
2.	<i>Рулет с луком и яйцом</i>		60	80
3.	<i>Картофельное пюре</i>		<u>110</u>	<u>130</u>
	<i>Икра свекольная</i>		30	50
4.	<i>Напиток из шиповника</i>		<u>150</u>	<u>180</u>
	<i>Хлеб ржаной</i>		30,3	35,8
К/КАЛ: 605,20		Б: 31,53	Ж: 26,31	У: 87,24
ПОЛДНИК				
1.	<i>Запеканка из творога с рисом</i>		<u>80</u>	<u>100</u>
	<i>Соус фруктовый</i>		30	50
2.	<i>Сок фруктовый</i>		140	173
К/КАЛ: 270,30		Б: 9,47	Ж: 7,53	У: 39,88

Всего на одного ребенка в день: 1403,30 к/кал