

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 02 февраля 2026 года
Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	<i>Каша ячневая на сгущенном молоке</i>		<i>150</i>	<i>180</i>
2.	<i>Бутерброд с маслом</i>		<i>30/3</i>	<i>33,7/5</i>
3.	<i>Чай с сахаром</i>		<i>150</i>	<i>200</i>
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Сок фруктовый</i>		<i>140</i>	<i>170</i>
К/КАЛ: 432,10		Б: 9,86	Ж: 10,92	У: 67,21
ОБЕД				
1.	<i>Борщ с фасолью и картофелем</i>		<i>150/5,5</i>	<i>200/7,3</i>
	<i>со сметаной</i>			
2.	<i>Котлета «Улыбка»</i>		<i>70</i>	<i>80</i>
	<i>Рагу из овощей</i>		<i>120</i>	<i>150</i>
3.	<i>Огурец соленый</i>		<i>38</i>	<i>38</i>
	<i>Компот из сухофруктов</i>		<i>150</i>	<i>200</i>
4.	<i>Хлеб ржаной</i>		<i>30</i>	<i>35,3</i>
К/КАЛ: 610,20		Б: 12,77	Ж: 27,05	У: 72,06
ПОЛДНИК				
1.	<i>Манник</i>		<i>60</i>	<i>70</i>
	<i>Соус сметанный сладкий</i>		<i>15</i>	<i>15</i>
2.	<i>Чай с лимоном</i>		<i>150/2,5</i>	<i>180/3,5</i>
К/КАЛ: 277,80		Б: 6,81	Ж: 6,48	У: 50,92

Всего на одного ребенка в день: *1320,10 к/кал*