

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»  
на 19 апреля 2023 года**

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

**Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов**

<b>Прием пищи</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Вес блюда</b>	<b>Энергетическая ценность (ккал) %</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Каша вязкая «Дружба»</b>	<b>150/180/3/5</b>	<b>145,28/174,33</b>
	<b>Чай с молоком</b>	<b>160/180</b>	<b>81,92/92,4</b>
	<b>Бутерброд с повидлом</b>	<b>30/39,5/8/9</b>	<b>114,8/131,8</b>
<b>Итого за завтрак</b>		<b>351 413,5</b>	<b>342 (32,5%) 398,53 (29,5%)</b>
<b>Второй завтрак</b>	<b>Ряженка</b>	<b>135/150,2</b>	<b>79,65/88,5</b>
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>135/150,2</b>	<b>79,65 (7,6%) 88,5 (6,5%)</b>
<b>Обед</b>	<b>Икра морковная</b>	<b>50/70</b>	<b>64,5/90,3</b>
	<b>Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной</b>	<b>150/200/5/6,8</b>	<b>78,75/105</b>
	<b>Суфле куриное</b>	<b>55/61,7</b>	<b>130,34/173,0</b>
	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b>	<b>70/100/1/1,5</b>	<b>73,78/103,4</b>
	<b>Компот из свежих яблок</b>	<b>150/180</b>	<b>52/54,82</b>
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>30/37,6</b>	<b>57,04/71,3</b>
<b>Итого за обед</b>		<b>511 657,6</b>	<b>456,41 (43,4%) 597,82 (44,2%)</b>
<b>Полдник</b>	<b>Вареники ленивые с маслом сливочным</b>	<b>60/76,6/2/4</b>	<b>130,8/174,4</b>
	<b>Напиток из шиповника</b>	<b>150/180</b>	<b>79,00/95,00</b>
	<b>Яблоко</b>	<b>108,4/108,4</b>	<b>66,04/69,52</b>
<b>Итого за полдник</b>		<b>320,4 369</b>	<b>275,84 (26,2%) 338,92 (25,1%)</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1317,4 1590,3</b>	<b>1153,9 (109,8%) 1423,8 (105,4%)</b>