

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 24 апреля 2023 года

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

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Энергетическая ценность (ккал) % |
|--------------------------------|-----------------------------------------|------------------------|-------------------------------------------|
| Завтрак | Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке | 155/180/2/3 | 175,67/204 |
| | Чай с сахаром | 160/180 | 29,87/33,6 |
| | Бутерброд с маслом | 30/39,3/3/5 | 69,15/93,5 |
| Итого за завтрак | | 350 407,3 | 274,68 (26,1%) 331,10 (24,5%) |
| Второй завтрак | Сок грушевый | 150/179 | 64/76 |
| Итого за второй завтрак | | 150/179 | 64 (6%) 76 (5,6%) |
| Обед | Борщ с фасолью и картофелем со сметаной | 150/180/5/7,2 | 70,95/96,3 |
| | Тефтели | 60/83,5 | 91,34/114,81 |
| | Макаронные изделия отварные | 110/130 | 113,7/134,4 |
| | Икра морковная | 50/50 | 64,5/90,3 |
| | Напиток из шиповника | 150/180 | 79/95 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30/39,9 | 57,04/71,3 |
| Итого за обед | | 555 670,6 | 476,53 (45,3%) 602,11 (44,6%) |
| Полдник | Запеканка из творога с морковью | 60/85,8 | 140,4/187,2 |
| | Соус молочный сладкий | 15/35,2 | 15,22/30,45 |
| | Бифидок | 135/156,6 | 79,65/88,5 |
| Итого за полдник | | 210 277,6 | 235,27 (22,4%) 306,15 (22,6%) |
| Итого за день: | | 1265 1534,5 | 1050,48 (100%) 1328,56 (98,4%) |