

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 5 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 жидкая рисовая	150/180/3/5	158,32/189,9
	Бутерброд с маслом	30/38,8/3/5	69,15/93,5
	Чай без сахара	150/180	2,11/2,54
	Конфета	15/15,3	56,5/56,5
Итого за завтрак		351 424,1	286,08 (27,2%) 342,44 (25,3%)
Второй завтрак	Снежок	135/145,9	86,4/88,5
	Печенье	20/42,5	83,4/166,8
Итого за второй завтрак		155 188,4	169,8 (16,1%) 255,3 (18,9%)
Обед	Салат из горошка зеленого консервированного	39,3/39,3	32,54/32,54
	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	160/200	107,7/134,58
	Птица тушеная в соусе с овощами	179,7/179,7	151/192,94
	Кисель из повидла	150/180	67,05/80,46
	Хлеб пшеничный	24/24	71,1/71,1
	Хлеб ржано-пшеничный	30/40,4	57,04/71,3
Итого за обед		583 663,4	486,43 (46,3%) 582,92 (43,1%)
Полдник	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60/80	159,75/213,00
	Сок грушевый	150/179,6	64/76
Итого за полдник		210 259,6	223,75 (21,3%) 289 (21,4%)
Итого за день:		1299 1535,5	1166,06 (111%) 1469,66 (108,8%)