

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 13 декабря 2022 года
Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет
Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов**

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	<i>Суп молочный с макар. изделиями</i>		150	180
2.	<i>Какао с молоком</i>		150	180
3.	<i>Бутерброд с сыром</i> <i>2 завтрак:</i>		42	56,1
4.	<i>Ряженка</i>		140	161
К/КАЛ: 514,23 Б: 19,52 Ж: 21,89 У: 59,02				
ОБЕД				
1.	<i>Щи из св. капусты на м/к бульоне</i>		150	180
	<i>со сметаной</i>		5	9
2.	<i>Биточки рыбные с овощами запечённые</i>		60	<u>80</u>
	<i>Картофельное пюре</i>		100	110
3.	<i>Икра морковная</i>		50	70
4.	<i>Компот из яблок</i>	0,014	150	<u>180</u>
	<i>Хлеб ржаной</i>		30	36,9
К/КАЛ: 604,1 Б: 23,63 Ж: 22,08 У: 75,58				
ПОЛДНИК				
1.	<i>Вареники ленивые</i>		57	<u>80</u>
	<i>с маслом сливочным</i>		2	<u>4</u>
2.	<i>Чай сладкий</i>		150	180
3.	<i>Мандарин</i>		1 шт	1 шт
К/КАЛ: 347,92 Б: 15,41 Ж: 12,62 У: 47,61				

Всего на одного ребенка в день: 1429,79 к/кал