Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
<u>на 16 декабря 2022 года</u>
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.	*Каша пшеничная жидкая*		*150/3*	*180/5*
2.	*Кофейный напиток с молоком*		*150*	*180*
3.	*Бутерброд с сыром*		*42*	*59,6*
	2 завтрак:			
4.	*Йогурт питьевой*		*110*	*110*
К/КАЛ: 515,5	Б: 17,65	Ж: 19,13	У: 67,11	
	ОБЕД			
1.	*Борщ на м/к бульоне со сметаной*		*150/5*	*180/7*
2.	*Котлета мясная*		*60*	*60*
	Овощи тушеные		*120*	*130*
3.	*Икра свекольная*		*50*	*50*
	Компот из кураги	*0,01*	*150*	*180*
4.	*Хлеб ржаной*		*30*	*36,3*
К/КАЛ: 588,9	Б: 21,46	Ж: 21,85	У: 73,01	
	ПОЛДНИК			
1.	*Омлет натуральный с маслом*		*67/3*	*67/3*
2.	*Чай с лимоном*		*150*	*180*
3.	*Хлеб пшеничный*		*29*	29
К/КАЛ: 274,75	Б: 9,05	Ж: 8,51	У: 16,02	

Всего на одного ребенка в день: *1379,15* к/кал