

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»  
на 29 декабря 2022 года**

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

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

	<b>Наименование блюда</b>	<b>Вес блюда (для детей 3-7 лет)</b>	<b>Энерг. ценност (к.ккал)</b>	<b>Вес блюда (для детей 2-3 лет)</b>	<b>Энерг. ценность</b>
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	180	132,16	150	108,9
	Бутерброд с сыром	40/5/12	176	30/3/10	132,8
	Какао с молоком	180	107	160	94,93
		<b>417</b>	<b>415,16</b>	<b>353</b>	<b>336,63</b>
<b>2 завтрак</b>	Йогурт питьевой фруктовый	150	88,5	135	79,65
		<b>150</b>	<b>88,5</b>	<b>135</b>	<b>79,65</b>
<b>Обед</b>	Огурец соленый	40	8,6	40	8,6
	Суп с рыбными консервами	180	141	150	100,35
	Котлеты рыбные "Любительские"	70/3	120,75	60/2	87
	Рагу из овощей	150	198,61	100	121
	Компот из сушеных фруктов (курага)	180	101,7	150	73,5
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	71,3	30	57,04
		<b>660,5</b>	<b>641,96</b>	<b>532</b>	<b>447,49</b>
<b>Полдник</b>	Манник	75	199,68	75	190,87
	Чай с сахаром	150/7	150/7	150/7	150/7