Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
<u>на 05 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 ячневая на сгущенном молоке*		*150/2*	*170/3*
2.	*Чай сладкий*		*160/5*	*180/6*
3.	*Бутерброд с маслом*		*30/3*	*37,6/5*
	2 завтрак:			
4.	*Сок фруктовый*		*135*	*147*
К/КАЛ: 443,2	Б:10,7	Ж: 11,24	У: 74,3	
	ОБЕД			
1.	*Борщ с фасолью со сметаной*		*150/5*	*180/8*
2.	*Тефтели*		*55*	*75*
3.	*Икра морковная*		*50*	*70*
	Макаронные изделия отварные		*110*	*130*
4.	*Напиток из шиповника*	*0,012*	*150*	*<u>180</u>*
	Хлеб ржаной		*30*	*36,6*
К/КАЛ: 582,6	Б: 22,86	Ж: 19,77	У: 74,79	
	ПОЛДНИК			
1.	*Запеканка из творога с морковью*		*60*	*80*
	Соус молочный сладкий		*15*	*30*
2.	*Бифидок*		*110*	*134*
3.				
К/КАЛ: 316,3	Б: 15,57	Ж: 15,81	У: 42,33	

Всего на одного ребенка в день: *1361,61* к/кал