

**Ежедневное меню основного питания**  
**МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»**  
на 10 апреля 2023 года  
**Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет**

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

<b>Прием пищи</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Вес блюда</b>	<b>Энергетическая ценность (ккал) %</b>
<b>Завтрак</b>	Каша ячневая на сгущенном молоке с маслом	155/180/3/4	171,02/198,6
	Чай с сахаром	160/180	29,87/33,6
	Бутерброд с маслом	30/40,1/3/5	69,15/93,5
<b>Итого за завтрак</b>		<b>351 409,1</b>	<b>270,03 (25,7%) 325,7 (24,1%)</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок грушевый	150/180	64/76
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>150/180</b>	<b>64 (6%) 76 (5,6%)</b>
<b>Обед</b>	Свекла отварная	29/29	18,79/18,79
	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	150/180/15/27,5	88,41/118,02
	Биточки паровые	60/70	111,74/130,37
	Рагу из овощей	110/130	130,97/154,79
	Кисель из повидла	150/180	67,05/80,46
	Хлеб пшеничный	30,2/30,2	71,1
	Хлеб ржано-пшеничный	30/38,5	57,04/71,3
<b>Итого за обед</b>		<b>574,2 685,2</b>	<b>545,1 (51,9%) 644,83 (47,7%)</b>
<b>Полдник</b>	Запеканка из круп с молоком сгущенным	100/100/19/19	170,69/170,69
	Ряженка	135/153	79,65/88,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>254 272</b>	<b>250,34 (23,8%) 259,19 (19,2%)</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1329,2 1546,3</b>	<b>1129,47 (107,5%) 1305,72 (96,7%)</b>