

**Ежедневное меню основного питания**  
**МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»**  
*на 24 марта 2023 года*  
**Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет**

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал) %
Завтрак	Каша молочная кукурузная жидкая	155/200/3/4	124,93/161,2
	Кофейный напиток с молоком	160/180	80,85/84
	Бутерброд с маслом	30/44,6/3/5	69,15/93,5
<b>Итого за завтрак</b>		<b>351 433,6</b>	<b>274,93 (26,2%) 338,7 (25%)</b>
Второй завтрак	Бифидок	135/178,2	79,65/88,5
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>135/178,2</b>	<b>79,65 (7,5%) 88,5 (6,5%)</b>
Обед	Икра свекольная	50/50	56,8/56,8
	Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной	150/180/5/8	89,7/107,64
	Гуляш из отварного мяса	69,4/69,4	187,5/187,5
	Картофельное пюре	70/110	66,2/104,13
	Кисель из повидла	150/180	67,05/80,46
	Хлеб ржано-пшеничный	30/40,7	57,04/71,3
<b>Итого за обед</b>		<b>524,4 638,1</b>	<b>524,29 (49,9%) 607,83 (45%)</b>
Полдник	Пудинг из творога с яблоками	80/117	170,77/213,47
	Соус молочный сладкий	23,4/23,4	20,3/20,3
	Сок яблочный	150/180	64/76
<b>Итого за полдник</b>		<b>253,4 320,4</b>	<b>255,07 (24,3%) 309,77 (23%)</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1263,8 1570,3</b>	<b>1133,95 (108%) 1344,8 (99,6%)</b>

