Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
<u>на 11 ноября 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 манная жидкая с маслом*		*140/3*	*150/3*
2.	*Кофейный напиток с молоком*		*150*	*180*
	Яйцо вареное		*1 шт.*	*1 шт.*
3.	*Хлеб пшеничный*		*28,9*	*28,9*
	2 завтрак:			
4.	*Яблоко*		*1 шт/ 173г*	*1шт/ 173г*
К/КАЛ: 477,52	Б: 14,45	Ж: 11,91	У: 92,76	
ОБЕД				
1.	*Рассольник «Ленинградский»на м/к бульоне*		*150/5*	*180/9*
2.	*Печень по- строгановски*		*60*	*<u>70</u>*
	Каша гречневая рассыпчатая		*90/1*	*120/1*
3.	*Свекла отварная*		*40*	*<u>40</u>*
	Чай сладкий		*150*	*180*
4.	*Хлеб ржаной*		*30*	*35,1*
К/КАЛ: 615,61	Б: 35,22	Ж: 17,29	У: 86,02	
ПОЛДНИК				
1.	*Ватрушка королевская с творогом*		*45*	*105*
2.	*Йогурт питьевой фруктовый*		*110*	*127*
3.				
К/КАЛ: 364,5	Б: 43,25	Ж: 19,7	У: 30	

Всего на одного ребенка в день: *1457,63* к/кал