Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
<u>на 15 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.	*Суп молочный с макар. изделиями*		*150*	*170*
2.	*Какао с молоком*		*150*	*170*
3.	*Бутерброд с сыром*		*40*	*50*
	2 завтрак:			
4.	*Ряженка*		*110*	*124*
К/КАЛ: 514,23	Б: 19,52	Ж: 21,89	У: 59,02	
	ОБЕД			
1.	*Щи из св. капусты на м/к бульоне*		*150*	*180*
	со сметаной		*5*	*6*
2.	*Биточки рыбные с овощами запечённые*		*60*	*<u>80</u>*
	Картофельное пюре		*90*	*100*
3.	*Икра морковная*		*50*	*70*
4.	*Компот из яблок*	*0,014*	*150*	*<u>180</u>*
	Хлеб ржаной		*30*	*35,8*
К/КАЛ: 604,1	Б: 23,63	Ж: 22,08	У: 75,58	
	ПОЛДНИК			
1.	*Вареники ленивые*		*60*	*<u>75</u>*
	с маслом сливочным		*2*	*4*
2.				
	Чай сладкий		*150*	*180*
3.	*Мандарин*		*100*	*100*
К/КАЛ: 347,92	Б: 15,41	Ж: 12,62	У: 47,61	

Всего на одного ребенка в день: *1429,79* к/кал