Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
<u>на 16 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 рисовая жидкая с маслом*		*150/3*	*180/5*
2.	*Чай без сахара*		*150*	*180*
	Конфета «Сказка сон»		*17*	*17*
3.	*Бутерброд с маслом*		*33*	*40,7*
	2 завтрак:			
4.	*Снежок*		*110*	*122*
	Печенье сахарное		*20*	*20*
К/КАЛ: 514,23		Б: 14,53	Ж: 18,79	У: 84,03
ОБЕД				
1.	*Суп-лапша домашняя на курином*		*160*	*200*
	бульоне			
2.	*Птица тушеная в соусе с овощами*		*175*	*200*
	Салат из зеленного горошка		*38*	*38*
3.	*Кисель из повидла*	*0,004*	*150*	*180*
4.	*Хлеб пшеничный*		*29*	*29*
	Хлеб ржаной		*30*	*36,2*
К/КАЛ: 578,57		Б: 22,5	Ж: 14,75	У: 96,11
ПОЛДНИК				
1.	*Пирожок печеный*		*60*	*80*
	с капустой и яйцом			
2.	*Сок фруктовый*		*135*	*148*
3.				
К/КАЛ: 302,2		Б: 62,2	Ж: 8,56	У: 47,3

Всего на одного ребенка в день:1395,0 к/кал