Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
<u>на 21 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 ячневая на сгущенном молоке*		*150/3*	*180/4*
2.	*Чай сладкий*		*160/6*	*180/7*
3.	*Бутерброд с маслом*		*30/3*	*37,8/5*
	2 завтрак:			
4.	*Сок фруктовый*		*135*	*145*
К/КАЛ: 465,9	Б: 9,54	Ж: 14,91	У: 65,28	
	ОБЕД			
1.	*Суп картофельный с макарон. изд.*		*150/10*	*180/15*
	с мясными фрикадельками			
2.	*Биточки паровые*		*<u>75</u>*	*<u>75</u>*
	Рагу из овощей		*90*	*120*
3.	*Свекла отварная*		*<u>40</u>*	*<u>40</u>*
	Кисель из повидла	*0,01*	*150*	*180*
4.	*Хлеб ржаной*		*30*	*37,8*
К/КАЛ: 661,31	Б: 30,77	Ж: 30,0	У: 85,04	
	ПОЛДНИК			
1.	*Запеканка из круп*		*100*	*100*
	с молоком сгущенным		*29*	*29*
2.	*Ряженка*		*110*	*131*
3.				
К/КАЛ: 363,8	Б: 10,98	Ж: 11,07	У: 51,3	

Всего на одного ребенка в день: *1491,01* к/кал