Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 21 ноября 2022 года
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*	*170*
	Яйцо вареное		*1шт.*	*1шт.*
3.	*Бутерброд с повидлом*		*30/2/8*	*37,1/3/10*
	2 завтрак:			
4.	*Бифидок*		*110*	*113*
	Печенье сахарное		*20*	*20*
К/КАЛ: 545,58	Б: 23,88	Ж: 22,28	У: 101,34	
	ОБЕД			
1.	*Суп картофельный с бобовыми на м/к*		*150*	*200*
	бульоне			
2.	*Печень по - строгановски*		*60*	*70*
3.	*Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом*		*90*	*110*
	Огурец соленый		*37*	*37*
4.	*Напиток из шиповника*	*0,013*	*150*	*180*
	Хлеб ржаной		*30*	*35,5*
К/КАЛ: 617,8	Б: 25,97	Ж: 14,88	У: 92,49	
	ПОЛДНИК			
1.	*Запеканка из творога с рисом*		*60*	*70*
	Соус молочный сладкий		*10*	20
2.	*Чай с лимоном*		*150*	*180*
3.	*Мандарин*		*1 шт*	*1 шт*
К/КАЛ: 300,6	Б: 9,27	Ж: 8,59	У: 45,2	

Всего на одного ребенка в день: *1464* к/кал