**Ежедневное меню основного питания**
**МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»**
***<u>на 24 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 дружба на молоке с маслом* | | *155/3* | *180/5* |
| 2. | *Кофейный напиток с молоком* | | *150* | *180* |
| 3. | *Бутерброд с маслом* | | *30/3* | *37,1/5* |
| | *2 завтрак:* | | | |
| 4. | *Йогурт* | | *110* | *133* |
| К/КАЛ: 456,5 | Б: 15,75 | Ж: 22,79 | У: 64,82 | |
| | ОБЕД | | | |
| 1. | *Суп картофельный с рыбой* | | *150* | *180* |
| 2. | *Рыба тушеная с овощами* | | *60* | *80* |
| 3. | *Картофельное пюре* | | *110* | *130* |
| | *Икра морковная* | | *50* | *70* |
| 4. | *Компот из груш* | *0,012* | *150* | *180* |
| | *Хлеб ржаной* | | *30* | *35,5* |
| К/КАЛ: 627,59 | Б: 34,5 | Ж: 19,31 | У: 74,68 | |
| | ПОЛДНИК | | | |
| 1. | *Омлет натуральный* | | *80* | *80* |
| 2. | *Чай сладкий* | | *150* | *180* |
| 3. | *Груша* | | *1 шт* | *1 шт* |
| К/КАЛ: 266,6 | Б: 8,18 | Ж: 7,35 | У: 35,97 | |

Всего на одного ребенка в день: *1350,69* к/кал

*Старшая медсестра* _____