

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»  
на 28 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.	<i>Каша пшеничная на сгущенном молоке</i>		<i>155/2</i>	<i>180/2</i>
	<i>с маслом</i>			
2.	<i>Чай с сахаром</i>		<i>150</i>	<i>180</i>
3.	<i>Бутерброд с маслом</i>		<i>30/3</i>	<i>37,1/5</i>
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Сок фруктовый</i>		<i>130</i>	<i>147</i>
К/КАЛ: 454,2		Б: 9,76	Ж: 14,09	У: 57,97
<b>ОБЕД</b>				
1.	<i>Суп картофельный с макарон. изд.</i>		<i>150/10</i>	<i>180/20</i>
	<i>с мясными фрикадельками</i>			
2.	<i>Шницель рубленый</i>		<i>50/3</i>	<i>60/4</i>
3.	<i>Капуста тушеная</i>		<i>80</i>	<i>110</i>
	<i>Салат из зеленого горошка консер.</i>		<i>20</i>	<i>20</i>
4.	<i>Компот из мандарин</i>	<i>0,01</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
	<i>Хлеб ржаной</i>		<i>30</i>	<i>35,1</i>
К/КАЛ: 633,69		Б: 26,46	Ж: 20,76	У: 86,23
<b>ПОЛДНИК</b>				
1.	<i>Сырники из творога</i>		<i>80</i>	<i>100</i>
	<i>с повидлом</i>		<i>13</i>	<i>13</i>
2.	<i>Бифидок</i>		<i>110</i>	<i>129</i>
3.				
К/КАЛ: 296,0		Б: 19,98	Ж: 15,3	У: 16,95

Всего на одного ребенка в день: 1384,5 к/кал