

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 18 сентября 2023 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>		155/2	180/2	
2.	<i>Чай с сахаром</i>		150	180	
3.	<i>Бутерброд с маслом</i>		33	43,6	
	<i>2 завтрак:</i>				
4.	<i>Сок фруктовый</i>		120	138,9	
К/КАЛ: 419,8			Б: 10,48	Ж: 11,53	У: 68,39
ОБЕД					
1.	<i>Суп с макаронными изделиями и мясными фрикадельками</i>		150/15	180/25	
2.	<i>Шницель рубленый</i>		50/2	80/3	
3.	<i>Каша рисовая рассыпчатая</i>		<u>90</u>	<u>100</u>	
	<i>Капуста тушеная</i>		30	40	
4.	<i>Напиток из шиповника</i>	0,004	<u>150</u>	<u>180</u>	
	<i>Хлеб ржаной</i>		30	37,2	
К/КАЛ: 661,94			Б: 24,17	Ж: 19,79	У: 93,49
ПОЛДНИК					
1.	<i>Булочка дорожная</i>		60	80	
2.	<i>Чай с лимоном</i>		150/4	180/6,1	
3.					
К/КАЛ: 267,60			Б: 5,76	Ж: 11,85	У: 42,18

Всего на одного ребенка в день: 1349,3 к/кал