

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»  
на 20 сентября 2023 года**

**Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет**

**Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал) %
Завтрак	Каша жидкая рисовая	150/180/3/5	158,32/189,9
	Бутерброд с маслом	30/36,4/3/5	69,15/93,5
	Чай без сахара	150/180	2,11/2,54
	Конфета	15/18,2	56,5/56,5
<b>Итого за завтрак</b>		<b>351 424,6</b>	<b>286,08 (27,2%) 342,44 (25,3%)</b>
Второй завтрак	Снежок	135/148,3	86,4/88,5
	Печенье	20/39,4	83,4/166,8
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>155 187,7</b>	<b>169,8 (16,1%) 255,3 (18,9%)</b>
Обед	Салат из горошка зеленого консервированного	31,6/31,6	32,54/32,54
	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	160/200	107,7/134,58
	Птица тушенная в соусе с овощами	180/220	151/192,94
	Кисель из повидла	150/180	67,05/80,46
	Хлеб пшеничный	30/30	71,1/71,1
	Хлеб ржано-пшеничный	30/37,8	57,04/71,3
<b>Итого за обед</b>		<b>581,6 699,4</b>	<b>486,43 (46,3%) 582,92 (43,1%)</b>
Полдник	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60/80	159,75/213,00
	Сок грушевый	100/121,5	64/76
<b>Итого за полдник</b>		<b>160 201,5</b>	<b>223,75 (21,3%) 289 (21,4%)</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1247,6 1513,2</b>	<b>1166,06 (111%) 1469,66 (108,8%)</b>