

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 25 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 ячневая на сгущенном молоке с маслом	155/180/3/4	171,02/198,6
	Чай с сахаром	160/180	29,87/33,6
	Бутерброд с маслом	30/39/3/5	69,15/93,5
Итого за завтрак		351 408	270,03 (25,7%) 325,7 (24,1%)
Второй завтрак	Сок яблочный	100/123,8	64/76
Итого за второй завтрак		100/123,8	64 (6%) 76 (5,6%)
Обед	Свекла отварная	40/40	18,79/18,79
	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	150/180/15/25	88,41/118,02
	Биточки паровые	60/70	111,74/130,37
	Рагу из овощей	110/130	130,97/154,79
	Кисель из повидла	150/180	67,05/80,46
	Хлеб пшеничный	28,8/28,8	71,1
	Хлеб ржано-пшеничный	30/36,3	57,04/71,3
Итого за обед		583,8 690,1	545,1 (51,9%) 644,83 (47,7%)
Полдник	Манник	100/100/16,5/16,5	170,69/170,69
	Ряженка	135/152,5	79,65/88,5
Итого за полдник		251,5 269	250,34 (23,8%) 259,19 (19,2%)
Итого за день:		1286,3 1490,9	1129,47 (107,5%) 1305,72 (96,7%)