Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
<u>на 11 января 2023 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 рисовая жидкая с маслом*		*115/2*	*140/4*
2.	*Чай без сахара*		*<u>150</u>*	*<u>180</u>*
	Конфета «Сказка сон»		*16*	*16*
3.	*Бутерброд с маслом*		*30/3*	*33,7/5*
	2 завтрак:			
4.	*Сок фруктовый*		*<u>135</u>*	*<u>150</u>*
	Печенье сахарное		*19*	*19*
К/КАЛ: 514,23		Б: 14,53	Ж: 18,79	У: 84,03
ОБЕД				
1.	*Суп-лапша домашняя на курином*		*160*	*180*
	бульоне			
2.	*Птица тушеная в соусе с овощами*		*<u>140</u>*	*<u>180</u>*
	Салат из зеленного горошка		*40*	*40*
3.	*Кисель из повидла*	*0,004*	*150*	*180*
4.				
	Хлеб ржаной		*30*	*35,7*
К/КАЛ: 578,57		Б: 22,5	Ж: 14,75	У: 96,11
ПОЛДНИК				
1.	*Пирожок печеный*		*60*	*80*
	с капустой и яйцом			
2.	*Снежок*		*110*	*122*
3.				
К/КАЛ: 302,2		Б: 62,2	Ж: 8,56	У: 47,3

Всего на одного ребенка в день: 1395,0 к/кал