

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»  
на 28 августа 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	30/34,7/3/5	69,15/93,5
Итого за завтрак		351 403,7	270,03 (25,7%) 325,7 (24,1%)
Второй завтрак	Сок грушевый	150/177,2	64/76
Итого за второй завтрак		150/177,2	64 (6%) 76 (5,6%)
Обед	Свекла отварная	40/40	18,79/18,79
	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	150/180/15/26,5	88,41/118,02
	Биточки паровые	60/69,5	111,74/130,37
	Рагу из овощей	110/130	130,97/154,79
	Кисель из повидла	150/180	67,05/80,46
	Хлеб пшеничный	27,5/27,5	71,1
	Хлеб ржано-пшеничный	30/38,2	57,04/71,3
Итого за обед		582,5 691,7	545,1 (51,9%) 644,83 (47,7%)
Полдник	Запеканка из круп с молоком сгущенным	100/100/16,6/16,6	170,69/170,69
	Ряженка	135/137,7	79,65/88,5
Итого за полдник		251,6 254,3	250,34 (23,8%) 259,19 (19,2%)
Итого за день:		1335,1 1526,9	1129,47 (107,5%) 1305,72 (96,7%)