

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 12 мая 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	Суп молочный с макаронными изделиями	150/180	108,9/130,68
	Бутерброд с сыром	30/39/10/10	132,8/176,9
	Какао с молоком	160/180	94,93/107
Итого за завтрак		350 409	336,63 (32%) 414,58 (30,7%)
Второй завтрак	Йогурт питьевой фруктовый	135/147,9	79,7/88,5
Итого за второй завтрак		135/147,9	79,7 (7,6%) 88,5 (6,5%)
Обед	Икра свекольная	50/70	56,8/79,52
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150/200/5/6,7	70,95/107,0
	Жаркое домашнему	165/177	241,2/265
	Чай с сахаром	150/180	28/33,6
	Хлеб пшеничный (сад)	27,8	71,1
	Хлеб ржано-пшеничный	30/37,3	57,04/71,3
Итого за обед		550 698,8	453,99 (43,2%) 627,52 (46,4%)
Полдник	Пирожок печеный с морковью и яйцом	60/60	132/132
	Напиток из шиповника	150/180	79/95
	Яблоко	103,4/103,4	52,8/52,8
Итого за полдник		313,4 343,4	263,8 (25,1%) 279,8 (20,7%)
Итого за день:		1348,4 1599,1	1134,12 (108%) 1410,4 (104,46%)