

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 19 мая 2023 года**

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

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (для детей 3-7 лет)	Энерг. ценность (к.ккал)	Выход блюда (для детей 2-3 лет)	Энергет. ценность
Завтрак	Каша молочная кукурузная жидкая	200/5	161,2	155/3	124,93
	Бутерброд с маслом	37,5/5	144,5	30/3	69,15
	Кофейный напиток с молоком	180	84	160	80,85
		427,5	389,70	351	274,93
2 завтрак	Бифидок	150	88,5	135	79,65
		150	88,50	135	79,65
Обед	Икра свекольная	70	79,52	50	56,8
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	180/4	107,64	150/5	89,7
	Гуляш из отварного мяса	60	187,5	60	187,5
	Картофельное пюре	100	94,67	70	66,2
	Кисель из повидла	180	80,46	150	67,05
	Хлеб ржано-пшеничный	40	76	30	57,04
		634	625,79	515	524,29
Полдник	Пудинг из творога с яблоками	100	234	80	170,77
	Соус молочный сладкий	20	20,3	20	20,3
	Сок фруктовый в ассортименте	180	89,2	150	64
		300	343,50	250	255,07
Итого за день		1511,50	1 447,5	1251,00	1 133,95