

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»**

На 09 апреля 2024 года

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

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	<i>Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес»</i>		<i>140/2</i>	<i>160/3</i>
2.	<i>Какао с молоком</i>		<i>160</i>	<i>180</i>
3.	<i>Бутерброд с сыром 2 завтрак:</i>		<i>42</i>	<i>53</i>
4.	<i>Мандарины</i>		<i>130</i>	<i>130</i>
К/КАЛ: 513,72		Б:15,21	Ж: 17,1	У: 76,95
ОБЕД				
1.	<i>Икра свекольная Щи из свежей капусты на м/к бульоне со сметаной</i>		<i><u>30</u> 160/5</i>	<i><u>50</u> 200/7</i>
2.	<i>Тфтели в соусе Картофельное пюре</i>		<i><u>60</u> 110</i>	<i><u>80</u> 120</i>
3.	<i>Компот из яблок</i>	<i>0,005</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
4.	<i>Хлеб ржаной</i>		<i>30</i>	<i>37,5</i>
К/КАЛ: 608,76		Б: 20,69	Ж: 20,83	У: 81,43
ПОЛДНИК				
1.	<i>Запеканка из творога Соус фруктовый</i>		<i><u>80</u> 30</i>	<i><u>90</u> 50</i>
2.	<i>Чай с сахаром</i>		<i>160</i>	<i>180</i>
К/КАЛ: 309,40		Б: 18,05	Ж: 12,10	У: 32,23

Всего на одного ребенка в день: *1431,9* к/кал