

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 26 декабря 2023 года**

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.	<i>Каша пшеничная жидкая</i>		150/2	180/3
2.	<i>Кофейный напиток с молоком</i>		160	180
3.	<i>Бутерброд с сыром</i>		41	54,7
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Мандарины</i>			
К/КАЛ: 435,92 Б: 10,83 Ж: 10,8 У: 72,19				
ОБЕД				
1.	<i>Щи на м/к бульоне со сметаной</i>		150/5	180/7,3
2.	<i>Шницель рубленый</i>		60/2	70/3
	<i>Каша рисовая рассыпчатая</i>		100	120
3.	<i>Икра свекольная</i>		30	50
	<i>Компот из св. груш</i>	0,005	160	180
4.	<i>Хлеб ржаной</i>		30	37,5
К/КАЛ: 696,92 Б: 25,29 Ж: 22,34 У: 97,39				
ПОЛДНИК				
1.	<i>Омлет натуральный с маслом</i>		130	150
2.	<i>Чай сладкий</i>		150	180
3.	<i>Хлеб пшеничный</i>		21,1	21,1
К/КАЛ: 316,50 Б: 15,03 Ж: 12,9 У: 28,63				

Всего на одного ребенка в день: **1449,33** к/кал

