Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
<u>на 28 декабря 2023 года</u>
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.	*Каша жидкая манная с маслом*		*140/2*	*160/3*
2.	*Какао с молоком*		*180*	*200*
3.	*Бутерброд с маслом*		*33*	*42,7*
	2 завтрак:			
4.	*Йогурт*		*120*	*137,9*
К/КАЛ: **486,49**		Б: **16,17**	**Ж: 19,16**	**У: 62,37**
	ОБЕД			
1.	*Суп картофельный с рыбой*		*150/15*	180/*20*
2.	*Рыба отварная*		*60/2*	*80/3*
	Рагу из овощей		*130*	*150*
3.	*Огурец соленый*		*40*	*50*
	Компот из яблок		*180*	*200*
4.	*Хлеб ржаной*		*30*	*36,2*
К/КАЛ: 609,44		**Б: 40,03**	**Ж: 20,92**	**У: 81,38**
	ПОЛДНИК			
1.	*Сырники из творога*		*80*	*100*
	Соус молочный сладкий		*30*	*50*
2.	*Чай с сахаром*		*160*	*180*
3.				
К/КАЛ: 318,35		**Б: 19,68**	**Ж: 14,93**	**У: 26,28**

Всего на одного ребенка в день: ***1414,28*** **к/кал**