

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 5 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>Суп молочный с макар. изделиями</i>		<i>180/1</i>	<i>200/2</i>
2.	<i>Кофейный напиток с молоком</i>		<i>160</i>	<i>180</i>
3.	<i>Бутерброд с повидлом</i>		<i>41</i>	<i>52,2</i>
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Груши</i>		<i>170</i>	<i>170</i>
К/КАЛ: 435,16 Б: 11,16 Ж: 11,38 У: 72,55				
ОБЕД				
1.	<i>Щи из св. капусты на м/к бульоне со сметаной</i>		<i>150/5</i>	<i>180/7,6</i>
2.	<i>Жаркое по-домашнему</i>		<i>160</i>	<i>190</i>
3.	<i>Икра свекольная</i>		<i>30</i>	<i>40</i>
4.	<i>Компот из св. яблок</i>	<i>0,005</i>	<i><u>180</u></i>	<i><u>200</u></i>
	<i>Хлеб ржаной</i>		<i><u>30</u></i>	<i><u>39,1</u></i>
К/КАЛ: 590,24 Б: 34,61 Ж: 15,10 У: 78,36				
ПОЛДНИК				
1.	<i>Манник</i>		<i><u>60</u></i>	<i><u>70</u></i>
	<i>Соус фруктовый</i>		<i><u>15</u></i>	<i><u>15</u></i>
2.	<i>Чай с сахаром</i>		<i>180</i>	<i>200</i>
3.				
К/КАЛ: 262,25 Б: 4,72 Ж: 4,86 У: 51,85				

Всего на одного ребенка в день: 1287,7 к/кал