**Ежедневное меню основного питания**
**МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»**
***<u>на 7 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 пшеничная жидкая* | | *160/2* | *180/3* |
| 2. | *Кофейный напиток с молоком* | | *180* | *200* |
| 3. | *Бутерброд с маслом* | | *33* | *41,8* |
| | *2 завтрак:* | | | |
| 4. | *Бифидок* | | *140* | *155,5* |
| К/КАЛ: 433,84 | Б: 14,17 | Ж: 14,79 | У: 74,39 | |
| | ОБЕД | | | |
| 1. | *Суп картофельный с рыбой* | | *150* | *180* |
| 2. | *Шницель рыбный натуральный* | | *60/2* | *70/3* |
| 3. | *Картофельное пюре* | | *110* | *<u>130</u>* |
| | *Икра морковная* | | *30* | *40* |
| 4. | *Напиток из шиповника* | | *160* | *<u>180</u>* |
| | *Хлеб ржаной* | | *30* | *39,1* |
| К/КАЛ: 660,59 | Б: 39,61 | Ж: 18,60 | У: 78,68 | |
| | ПОЛДНИК | | | |
| 1. | *Пирожки печеные с капустой и яйцом* | | *80* | *90* |
| 2. | *Чай с сахаром* | | *180* | *200* |
| 3. | | | | |
| К/КАЛ: 276,92 | Б: 6,81 | Ж: 9,42 | У: 40,46 | |

Всего на одного ребенка в день: ***1371,4*** к/кал