Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 18 марта 2024 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.	*Каша ячневая на сгущенном молоке*		*170/3*	*190/4*
2.	*Чай сладкий*		*160*	*180*
3.	*Бутерброд с маслом*		*30/3*	*36/5*
	2 завтрак:			
4.	*Сок фруктовый*		*150*	*170*
К/КАЛ: 421,81		Б: 9,86	Ж: 10,92	У: 67,21
	ОБЕД			
1.	*Борщ с фасолью и картофелем*		*180/5*	*200/7*
	со сметаной			
2.	*Котлета «Улыбка»*		*70*	*80*
	Рагу из овощей		*130*	*150*
3.	*Огурец соленый*		*38*	*38*
	Компот из яблок	*0,005*	*160*	*180*
4.	*Хлеб ржаной*		*30*	*36,5*
К/КАЛ: 616,11		Б: 12,77	Ж: 27,05	У: 72,06
	ПОЛДНИК			
1.	*Запеканка из круп*		*70*	*90*
	Соус сметанный сладкий		*30*	*30*
2.	*Чай с лимоном*		*160/5*	*180/7*
3.				
К/КАЛ: 274,17		Б: 6,81	Ж: 6,48	У: 50,92

Всего на одного ребенка в день: *1312,1* к/кал