Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 21 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 Дружба на молоке с маслом*		*150/2*	*180/3*
2.	*Кофейный напиток с молоком*		*160*	*180*
3.	*Бутерброд с маслом*		*33*	*41,2*
	2 завтрак:			
4.	*Ряженка*		*130*	*144,5*
К/КАЛ: 518,44	Б: 15,11	Ж: 17,79	У: 58,26	
	ОБЕД			
1.	*Суп картофельный с рыбой*		*150*	*180*
2.	*Рыба тушеная с овощами*		*70*	*80*
3.	*Картофельное пюре*		*110*	*130*
	Икра морковная		*40*	*50*
4.	*Компот из св.яблок*		*160*	*180*
	Хлеб ржаной		*30*	*36,5*
К/КАЛ: 621,03	Б: 34,21	Ж: 18,66	У: 76,84	
	ПОЛДНИК			
1.	*Омлет натуральный с маслом*		*100*	*100*
2.	*Чай сладкий*		*150*	*180*
3.	*Хлеб пшеничный*		*22,4*	*22,4*
К/КАЛ: 316,50	Б: 15,03	Ж: 12,90	У: 28,63	

Всего на одного ребенка в день: 1397,71 к/кал