

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»  
на 02 октября 2023 года**

**Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет**

**Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов**

<b>Прием пищи</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Вес блюда</b>	<b>Энергетическая ценность (ккал) %</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Каша пшеничная на сгущенном молоке с маслом сливочным</b>	<b>155/180/2/3</b>	<b>165,02/191,7</b>
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>160/180</b>	<b>29,97/33,6</b>
	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>30/37,5/3/5</b>	<b>69,15/93,5</b>
<b>Итого за завтрак</b>		<b>350 405,5</b>	<b>264,04 (25,1%) 318,8 (23,6%)</b>
<b>Второй завтрак</b>	<b>Сок грушевый</b>	<b>100/125</b>	<b>64/76</b>
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100/125</b>	<b>64 (6%) 76 (5,6%)</b>
<b>Обед</b>	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками</b>	<b>150/180/15/22,7</b>	<b>88,41/118,02</b>
	<b>Шницель рубленый</b>	<b>60/70/3/4</b>	<b>140/160,12</b>
	<b>Овощи тушеные</b>	<b>120/120</b>	<b>79/109,02</b>
	<b>Салат из горошка зеленого консервированного</b>	<b>21/21</b>	<b>32,54/32,54</b>
	<b>Компот из апельсинов</b>	<b>150/180</b>	<b>103,9/124,74</b>
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>30/38,8</b>	<b>57,04/71,3</b>
<b>Итого за обед</b>		<b>549 636,5</b>	<b>500,89 (47,7%) 615,74 (45,6%)</b>
<b>Полдник</b>	<b>Сырники из творога с повидлом</b>	<b>75/100/16,7/16,7</b>	<b>175,5/234</b>
	<b>Бифидок</b>	<b>135/152,3</b>	<b>79,65/88,5</b>
<b>Итого за полдник</b>		<b>226,7 269</b>	<b>255,15 (24,3%) 322,5 (23,8%)</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1225,7 1436</b>	<b>1084,08 (103,2%) 1333 (98,7%)</b>