

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»**

**На 15 февраля 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.	<i>Каша «Дружба» с маслом</i>		160/2	170/3	
2.	<i>Кофейный напиток с молоком</i>		160	180	
3.	<i>Бутерброд с маслом</i> <i>2 завтрак:</i>		33	41	
4.	<i>Яблоки</i>				
К/КАЛ: 422,98			Б: 10,46	Ж: 12,64	У: 66,54
<b>ОБЕД</b>					
1.	<i>Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной</i>		160/5	180/7,2	
2.	<i>Рыба отварная</i> <i>Макаронные изделия отварные</i>		65/2 110	85/2 130	
3.	<i>Икра морковная</i> <i>Компот из апельсинов</i>		30 160	40 180	
4.	<i>Хлеб ржаной</i> <i>Хлеб пшеничный</i>		30 30	36,1 30	
К/КАЛ: 637,68			Б: 29,22	Ж: 10,01	У: 107,43
<b>ПОЛДНИК</b>					
1.	<i>Сырники из творога</i> <i>Соус молочный сладкий</i>		90 30	110 50	
2.	<i>Чай с сахаром</i>		160	180	
3.					
К/КАЛ: 318,35			Б: 19,68	Ж: 14,93	У: 26,28

Всего на одного ребенка в день: 1379,00 к/кал