Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 16 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.	*Каша пшеничная жидкая*		*150/2*	*160/3*
2.	*Какао с молоком*		*180*	*200*
3.	*Бутерброд с сыром*		*42*	*50,3*
	2 завтрак:			
4.	*Йогурт питьевой*		*130*	*143*
К/КАЛ: 450,31	Б: 15,34	Ж: 16,58	У: 58,8	
	ОБЕД			
1.	*Борщ на м/к бульоне со сметаной*		*180/5*	*200/8,4*
2.	*Котлета мясная*		*80*	*90*
	Овощи тушеные		*130*	*150*
3.	*Огурец соленый*		*40*	*50*
	Напиток из шиповника		*180*	*200*
4.	*Хлеб ржаной*		*30*	*39,5*
К/КАЛ: 622,0	Б: 26,28	Ж: 24,60	У: 70,36	
	ПОЛДНИК			
1.	*Омлет натуральный с маслом*		*100*	*120*
2.	*Чай с сахаром*		*160*	*180*
3.	*Хлеб пшеничный*		*20,6*	*20,6*
К/КАЛ: 316,50	Б: 15,03	Ж: 12,90	У:28,63	

Всего на одного ребенка в день: *1388,8* к/кал