

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 26 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 пшеничная на сгущенном молоке</i>		<i>180/2</i>	<i>200/3</i>
	<i>с маслом</i>			
2.	<i>Чай с сахаром</i>		<i>160</i>	<i>180</i>
3.	<i>Бутерброд с маслом</i>		<i>33</i>	<i>43,7</i>
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Сок фруктовый</i>		<i>140</i>	<i>150</i>
К/КАЛ: 421,42 Б: 10,63 Ж: 11,74 У: 68,24				
ОБЕД				
1.	<i>Суп картофельный с макарон. изд.</i>		<i>180/15</i>	<i>200/20</i>
	<i>с мясными фрикадельками</i>			
2.	<i>Котлета Улыбка</i>		<i>70</i>	<i>80</i>
3.	<i>Капуста тушеная</i>		<i>110</i>	<i>130</i>
	<i>Салат из зеленого горошка консер.</i>		<i>40</i>	<i>50</i>
4.	<i>Компот из апельсинов</i>		<i>150</i>	<i><u>180</u></i>
	<i>Хлеб ржаной</i>		<i>30</i>	<i>35,7</i>
К/КАЛ: 648,24 Б: 18,73 Ж: 22,56 У: 194,24				
ПОЛДНИК				
1.	<i>Запеканка из творога с морковью</i>		<i>80</i>	<i>100</i>
	<i>Соус фруктовый</i>		<i>30</i>	<i>50</i>
2.	<i>Чай с лимоном</i>		<i>160/5</i>	<i>180/6,5</i>
3.				
К/КАЛ: 297,60 Б: 13,60 Ж: 11,55 У: 41,82				

Всего на одного ребенка в день: 1367,26 к/кал