

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 05 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 ячневая на сгущенном молоке</i>		160/2	180/3
2.	<i>Чай с сахаром</i>		180	200
3.	<i>Бутерброд с маслом</i>		33	43,8
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Сок фруктовый</i>		140	153,3
К/КАЛ: 427,4		Б: 9,98	Ж: 11,03	У: 67,67
ОБЕД				
1.	<i>Борщ с фасолью со сметаной</i>		180/5	200/8
2.	<i>Тефтели в соусе</i>		60/15	80/20
3.	<i>Икра морковная</i>		30	40
	<i>Макаронные изделия отварные</i>			
4.	<i>Напиток из шиповника</i>		180	200
	<i>Хлеб ржаной</i>			
К/КАЛ: 602,20		Б: 19,41	Ж: 16,77	У: 90,29
ПОЛДНИК				
1.	<i>Пудинг из творога с яблоками</i>		80	100
	<i>Соус фруктовый</i>			
2.	<i>Чай с лимоном</i>		160/4	180/5,6
3.				
К/КАЛ: 277,07		Б: 12,92	Ж: 10,54	У: 29,80

Всего на одного ребенка в день: **1306,7** к/кал