Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 12 января 2024 года
Возрастная категория: 1 – 3 лет, 3 – 7 лет
Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Меню на 12 января

№ Бл.	ЗАВТРАК	Вит. С	порция	
			ясли	сад
1.	*Каша манная жидкая с маслом*		*170/2*	*190/3*
2.	*Какао с молоком*		*160*	*180*
	Яйцо вареное		*1 шт.*	*1 шт.*
3.	*Хлеб пшеничный*		*30*	*37,2*
	2 завтрак:			
4.	*Апельсины*		*100*	*100*
К/КАЛ: 489,08	Б: 16,45	Ж: 13,21	У: 75,74	
	ОБЕД			
1.	*Рассольник «Домашний» на м/к*		*150/5*	*180/6*
	бульоне со сметаной			
2.	*Гуляш из отварного мяса*		*70*	*70*
	Каша гречневая рассыпчатая		*110*	*130*
3.	*Свекла отварная*		*50*	*60*
	Компот из изюма	*0,005*	*160*	*180*
4.	*Хлеб ржаной*		*30*	*36,5*
К/КАЛ: 688,84	Б: 32,43	Ж: 26,56	У: 87,50	
	ПОЛДНИК			
1.	*Ватрушка королевская с творогом*		*70*	*80*
2.	*Чай с лимоном*		*160/4*	*180/5,9*
3.				
К/КАЛ: 255,60	Б: 35,08	Ж: 13,43	У: 30,12	

Всего на одного ребенка в день: ***1433,52*** к/кал