

Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»  
на 15 января 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>		180/2	200/3
2.	<i>Чай с сахаром</i>		180	200
3.	<i>Бутерброд с маслом</i>		33	42,5
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Сок фруктовый</i>		140	155,5
К/КАЛ: 419,8                                  Б: 10,48                  Ж: 11,53                  У: 68,39				
<b>ОБЕД</b>				
1.	<i>Суп с макаронными изделиями и мясными фрикадельками</i>		160/15	180/20
2.	<i>Шницель рубленый</i>		60/2	70/3
3.	<i>Каша рисовая рассыпчатая</i>		110	130
	<i>Капуста тушеная</i>		40	50
4.	<i>Напиток из шиповника</i>		160	180
	<i>Хлеб ржаной</i>		30	36
К/КАЛ: 661,94                                  Б: 24,17                  Ж: 19,79                  У: 93,49				
<b>ПОЛДНИК</b>				
1.	<i>Булочка дорожная</i>		60	80
2.	<i>Чай с лимоном</i>		160/4	180/5,9
3.				
К/КАЛ: 267,60                                  Б: 5,76                  Ж: 11,85                  У: 42,18				

Всего на одного ребенка в день: **1349,3** к/кал