Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 18 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.	*Каша «Дружба» с маслом*		*160/2*	*170/3*
2.	*Кофейный напиток с молоком*		*160*	*180*
3.	*Бутерброд с маслом*		*33*	*42,8*
	2 завтрак:			
4.	*Яблоки*		*140*	*140*
К/КАЛ: 422,98		Б: 10,46	Ж: 12,64	У: 66,54
	ОБЕД			
1.	*Рассольник «Ленинградский» на м/к*		*160/5*	*180/7,6*
	бульоне со сметаной			
2.	*Рыба отварная*		*60/2*	*80/3*
	Макаронные изделия отварные		*110*	*130*
3.	*Икра морковная*		*30*	*40*
	Компот из апельсинов		*160*	*180*
4.	*Хлеб ржаной*		*30*	*35,8*
	Хлеб пшеничный		*29,1*	*29,1*
К/КАЛ: 637,68		Б: 29,22	Ж: 10,01	У: 107,43
	ПОЛДНИК			
1.	*Сырники из творога*		*80*	*100*
	Соус молочный сладкий		*30*	*50*
2.	*Чай с сахаром*		*160*	*180*
3.				
К/КАЛ: 318,35		Б: 19,68	Ж: 14,93	У: 26,28

Всего на одного ребенка в день: *1379,00* к/кал