Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
<u>на 22 января 2024 года</u>
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 ячневая на сгущенном молоке*		*170/2*	*190/3*
2.	*Чай сладкий*		*180*	*200*
3.	*Бутерброд с маслом*		*33*	*43,4*
	2 завтрак:			
4.	*Сок фруктовый*		*140*	*152,6*
К/КАЛ: 421,81	Б: 9,86	Ж: 10,92	У: 67,21	
	ОБЕД			
1.	*Борщ с фасолью и картофелем*		*180/5*	*200/7,9*
	со сметаной			
2.	*Котлета «Улыбка»*		*70/2*	*80/3*
	Рагу из овощей		*130*	*150*
3.	*Огурец соленый*		*40*	*50*
	Компот из свежих яблок	*0,005*	*180*	*200*
4.	*Хлеб ржаной*		*30*	*37,5*
К/КАЛ: 616,11	Б: 12,77	Ж: 27,05	У: 72,06	
	ПОЛДНИК			
1.	*Запеканка из круп*		*70*	*90*
	Соус сметанный сладкий		*15*	*20*
2.	*Чай с лимоном*		*160/4*	*180/5,5*
3.				
К/КАЛ: 274,17	Б: 6,81	Ж: 6,48	У: 50,92	

Всего на одного ребенка в день: ***1312,1*** к/кал