Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 24 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 манная жидкая с маслом*		*140/2*	*150/3*
2.	*Чай с сахаром*		*150*	*180*
	Яйцо вареное		*40*	*40*
3.	*Хлеб пшеничный*		*30*	*36,8*
	2 завтрак:			
4.	*Бифидок*		*130*	*143,1*
К/КАЛ: 448,0	Б: 17,18	Ж: 16,4	У: 68,01	
	ОБЕД			
1.	*Суп картофельный с бобовыми на м/к*		*150*	*180*
	бульоне			
2.	*Гуляш из отварного мяса*		*60*	*70*
3.	*Каша рисовая (рассыпчатая) с маслом*		*110*	*130*
	Свекла отварная		*40*	*50*
4.	*Напиток из шиповника*		*150*	*180*
	Хлеб ржаной		*30*	*36,1*
К/КАЛ: 695,00	Б: 31,53	Ж: 26,31	У: 87,24	
	ПОЛДНИК			
1.	*Запеканка из творога с рисом*		*80*	*100*
	Соус фруктовый сладкий		*30*	*50*
2.	*Сок фруктовый*		*140*	*150,5*
3.				
К/КАЛ: 270,30	Б:9,47	Ж: 7,53	У: 39,88	

Всего на одного ребенка в день: ***1413,30*** к/кал