Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
На 30 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 пшеничная жидкая*		*180/2*	*200/3*
2.	*Кофейный напиток с молоком*		*160*	*180*
3.	*Бутерброд с сыром*		*42*	*54,3*
	2 завтрак:			
4.	*Груши*		*1 шт.*	*1 шт.*
К/КАЛ: 435,92		Б: 10,83	Ж: 10,8	У: 72,19
	ОБЕД			
1.	*Щи на м/к бульоне со сметаной*		*150/5*	*180/7,6*
2.	*Шницель рубленый*		*60/2*	*70/3*
	Каша рисовая рассыпчатая		*100*	*120*
3.	*Икра свекольная*		*30*	*50*
	Компот из св. груш	*0,005*	*160*	*180*
4.	*Хлеб ржаной*		*30*	*36*
К/КАЛ: 696,92		Б: 25,29	Ж: 22,34	У: 97,39
	ПОЛДНИК			
1.	*Омлет натуральный с маслом*		*100*	*120*
2.	*Чай сладкий*		*150*	*180*
3.	*Хлеб пшеничный*		*22*	*22*
К/КАЛ: 316,50		Б: 15,03	Ж: 12,9	У: 28,63

Всего на одного ребенка в день: **1449,33** к/кал