

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
на 28 ноября 2023 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 жидкая</i>		<i>150/2</i>	<i>180/3</i>
2.	<i>Кофейный напиток с молоком</i>		<i>160</i>	<i>180</i>
3.	<i>Бутерброд с сыром</i>		<i>42</i>	<i>57,4</i>
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Груши</i>		<i>170</i>	<i>170</i>
К/КАЛ: 435,92		Б: 10,83	Ж: 10,8	У: 72,19
ОБЕД				
1.	<i>Щи на м/к бульоне со сметаной</i>		<i>150/5</i>	<i>180/7,6</i>
2.	<i>Шницель рубленый</i>		<i>60/2</i>	<i>80/3</i>
	<i>Каша рисовая рассыпчатая</i>		<i>100</i>	<i>120</i>
3.	<i>Икра свекольная</i>	<i>0,005</i>	<i>30</i>	<i>50</i>
	<i>Компот из св. груш</i>		<i>160</i>	<i>180</i>
4.	<i>Хлеб ржаной</i>		<i>30</i>	<i>39,1</i>
К/КАЛ: 696,92		Б: 25,29	Ж: 22,34	У: 97,39
ПОЛДНИК				
1.	<i>Омлет натуральный с маслом</i>		<i>130</i>	<i>150</i>
2.	<i>Чай сладкий</i>		<i>150</i>	<i>180</i>
3.	<i>Хлеб пшеничный</i>		<i>22</i>	<i>22</i>
К/КАЛ: 316,50		Б: 15,03	Ж: 12,9	У: 28,63

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