

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»  
на 29 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 «Дружба» с маслом</i>		150/2	180/3
2.	<i>Чай с молоком</i>		160	180
3.	<i>Бутербрoд с повидлом</i>		41	52,7
	<i>2 завтрак:</i>			
4.	<i>Бананы</i>		100	100
К/КАЛ: 490,80		Б: 10,78	Ж: 11,92	У: 84,79
ОБЕД				
1.	<i>Борщ на курином бульоне со сметаной</i>		150/5	180/7,5
2.	<i>Котлета из кур, запеченная с соусом</i>		60/20	70/20
3.	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>		110	130
	<i>Икра морковная</i>		30	50
4.	<i>Компот из яблок</i>	0,005	160	180
	<i>Хлеб ржаной</i>		30	38,8
К/КАЛ: 624,06		Б: 20,85	Ж: 21,35	У: 78,88
ПОЛДНИК				
1.	<i>Пирожок печеный с морковью и яйцом</i>		75	75
2.	<i>Напиток из шиповника</i>		160	180
К/КАЛ: 260,0		Б: 5,48	Ж: 3,62	У: 48,17

Всего на одного ребенка в день: ***1374,86 к/кал***