Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Детский сад №79 «Золотой колосок»
<u>на 3 ноября 2023 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 кукурузная на молоке с маслом*		*180/2*	*200/3*
2.	*Кофейный напиток с молоком*		*160*	*190*
3.	*Бутерброд с сыром*		*42*	*58,6*
	2 завтрак:			
4.	*Бифидок*		*150*	*168,7*
К/КАЛ: 472,65	Б: 16,87	Ж: 19,67	У: 66,78	
ОБЕД				
1.	*Рассольник «Ленинградский»на м/к*		*160/5*	*180/6,7*
	бульоне со сметаной			
2.	*Гуляш из отварного мяса*		*70*	*70*
3.	*Пюре картофельное*		*110*	*130*
	Икра свекольная		*40*	*50*
4.	*Чай с лимоном*		*160/4*	*180/7,1*
	Хлеб ржаной		*35*	*39,6*
К/КАЛ: 612,36	Б: 28,31	Ж: 26,16	У: 63,57	
ПОЛДНИК				
1.	*Булочка домашняя*		*60*	*60*
2.	*Сок фруктовый*		*140*	*165*
3.				
К/КАЛ: 226,08	Б: 4,6	Ж: 4,8	У: 37,6	

*Всего на одного ребенка в день:**<u>1311,09</u>** к/кал*