

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"



Гневанова М.Н.

на 29.11.2023 год

**Диетсто́лы**

Д/сад

МДОУ Костинский д/сад

Отд./корп

Костинский  
детский сад

с 3-7 лет

День

29.11.2023

| Прием пищи | Раздел          | № рец. | Блюдо                                     | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-----------------|--------|-------------------------------------------|----------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | горячее блюдо   | 16\4   | Каша "дружба"                             | 200      | 175,00       | 5,00  | 5,90  | 26,40    |
|            | горячий напиток | 10\10  | Чай сахаром                               | 200      | 35,00        |       |       | 9,10     |
|            | бутерброды      | 2      | Батон чайный                              | 30       | 52,50        | 1,78  | 0,22  | 45,00    |
|            |                 |        | Повидло                                   | 20       | 24,00        |       |       | 9,00     |
| Обед       | салат           | 12\1   | Салат из моркови с изюмом и растит.маслом | 60       | 77,06        | 0,78  | 2,98  | 11,78    |
|            | 1 блюдо         | 62     | Борщ с мясом                              | 250      | 160,00       | 9,90  | 7,27  | 13,70    |
|            | 2 блюдо         | 8\9    | Суфле из мяса кур                         | 80       | 241,00       | 15,80 | 18,20 | 3,60     |
|            | гарнир          | 43-2\3 | Макаронные изделия отварные               | 130      | 160,20       | 4,60  | 3,27  | 28,09    |
|            | горячий напиток | 372    | Компот из свежих фруктов                  | 180      | 87,80        | 0,14  | 0,14  | 21,50    |
|            | хлеб ржаной     |        | Хлеб пшеничный 2 сорт                     | 40       | 60,30        | 2,31  | 0,42  | 11,69    |
| Полдник    | гарнир          | 21\3   | Биточки картофельные запеченные           | 150      | 183,00       | 4,40  | 5,60  | 30,20    |
|            | соусы           | 6\11   | Соус сметанный                            | 50       | 44,00        | 0,60  | 3,60  | 2,20     |
|            |                 | 401    | Снежок                                    | 180      | 88,00        | 4,40  | 4,80  | 7,10     |
|            | хлеб пшеничный  |        | Хлеб крестьянский 1 сорт                  | 30       | 52,50        | 1,78  | 0,22  | 45,00    |

Заведующий МДОУ "Костинский детский сад"

(Подпись)

(расшифровка подписи)