



Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

М.Н. Гневанова
Гневанова М.Н.

МЕНЮ

на 13.02.2025 год

Диетстолы

Д/сад МДОУ Костинский д/сад Отд./корп Костинский детский сад с **3-7 лет** День Четверг

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------------|--------|---------------------------------|----------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | горячее блюдо | 3\5 | Лапшевник с творогом | 150 | 285,00 | 12,10 | 9,80 | 32,80 |
| | соусы | 2\11 | Соус сладкий молочный | 50 | 54,85 | 1,20 | 2,40 | 7,50 |
| | горячий напиток | 397 | Какао с молоком | 180 | 107,00 | 3,67 | 3,19 | 15,80 |
| | бутерброды | 2 | Батон чайный с сыром | 20\9 | 69,69 | 3,12 | 1,92 | 10,96 |
| | | | | | | | | |
| Обед | 1 блюдо | 11\2 | Рассольник домашний со сметаной | 250 | 116,25 | 2,30 | 5,60 | 17,40 |
| | 2 блюдо | 4\9 | Плов из мяса кур | 150 | 368,00 | 19,10 | 17,50 | 34,90 |
| | горячий напиток | 9\10 | Кисель из сухфруктов | 150 | 103,00 | 0,90 | 0,00 | 28,80 |
| | хлеб ржаной | | Хлеб дарница 2 сорт | 30 | 44,00 | 1,42 | 0,44 | 8,94 |
| Полдник | гарнир | 220 | Омлет с овощами | 100 | 176,25 | 6,80 | 15,60 | 2,70 |
| | | | Хлеб йодированный 1 сорт | 20 | 47,20 | 1,54 | 0,19 | 9,58 |
| | | 12\10 | Чай с молоком | 180 | 61,00 | 1,40 | 1,40 | 11,20 |
| | ИТОГО | | | | 1432,24 | 53,55 | 58,04 | 180,58 |