



Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

*Гневанова М.Н.*

Гневанова М.Н.

**МЕНЮ**  
на 13.03.2025 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	43\3	Макароны отварные	130	160,20	4,60	3,27	28,09
	горячий напиток	397	Какао с молоком	180	107,00	3,67	3,19	15,80
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96
			Повидло	20	24,00			9,00
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	372	Кисель из сухфруктов	180	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	21\3	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
		401	Чай с молоком	180	61,00	1,40	1,40	11,20
	<b>ИТОГО</b>				<b>1254,90</b>	<b>43,19</b>	<b>47,45</b>	<b>177,37</b>