Утверждаю: ЗаведующаяМДОУ "Костинский детский сад"

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Гневанова М.Н\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**МЕНЮ**

на 13.03.2025год

 **Диетстолы**

|  |
| --- |
| Филиал МДОУ Костинский д/сад Клевакинский детский сад |

|  |
| --- |
| четверг |

Клевакинский

Д/садОтд./корп детский сад **с 3-7 лет** День

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | горячее блюдо | 16\4 | **Каша ассорти** | 200 | 175,00 | 5,00 | 5,90 | 25,60 |
| горячий напиток | 14\10 | **Какао с молоком** | 180 | 121,50 | 3,15 | 3,15 | 20,61 |
| бутерброды | 3\13 | **Батон с сыром** | 20\9 | 69,69 | 3,12 | 1,92 | 10,96 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо | 15\2 | **Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной** | 250 | 235,00 | 6,40 | 15,40 | 19,20 |
| 2 блюдо | 8\8 | **Бефстроганов из отварного мяса куры** | 80 | 192,00 | 13,10 | 12,90 | 6,50 |
| гарнир | 8\3 | **Капуста тушенная** | 150 | 94,00 | 3,50 | 2,90 | 17,40 |
| горячий напиток | 9\10 | **Кисель из сухофруктов** | 180 | 103,00 | 0,90 | 0,00 | 28,80 |
| хлеб ржаной |  | **Хлеб Дарница 2 сорт** | 30 | 66,00 | 1,56 | 0,66 | 13,41 |
| хлеб пшеничный |  | **Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт** | 20 | 47,20 | 0,16 | 0,20 | 8,98 |
| Полдник | мучные изделия | 5\12 | **Ватружка с творогом** | 65 | 212,00 | 8,50 | 8,10 | 26,20 |
| горячий напиток | 10\10 | **Чай с сахаром** | 200 | 35,00 | 0,00 | 0,00 | 9,10 |
| **Итого за день** |  |  |  | **1264,19** | **43,01** | **50,43** | **167,88** |