

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"



Гневанова М.Н.

**Диетстолы**

Д/сад

МДОУ Костинский д/сад

Отд./корп

Костинский  
детский сад

с 3-7 лет

День

вторник

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	3\6	Омлет с зеленым горошком	100\5	85,00	6,60	4,60	4,20
	салат	25\1	Салат из отварной свеклы с маслом ра	60	94,00	0,80	4,90	13,40
	горячий напиток	10\10	Чай сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96
				20	24,00	0,00	0,00	9,00
			Повидло					
Обед	1 блюдо	29\2	Суп -пюре гороховый с гречками	250	119,00	6,60	2,20	21,80
	2 блюдо	11\7	Тефтели рыбные в соусе	120	131,00	10,20	5,50	9,90
	гарнир	3\3	Картофельное пюре	150	135,00	3,10	4,20	22,30
	горячий напиток	15\10	Компот из шиповника	180	59,00	0,20	0,10	16,30
	хлеб ржаной		Хлеб чусовской 2 сорт	30	66,00	2,13	0,66	13,41
Полдник	гарнир	2\2	Суп молочный с лапшой	250	118,00	4,30	4,60	15,50
		401	Снежок	200	105,60	1,78	0,22	45,00
	хлеб пшеничный		Хлеб крестьянский 1 сорт	20	47,20	1,54	0,19	9,58
	итого:				1066,80	38,71	27,43	200,45