

Утверждено: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.

МЕНЮ

на 19.02.2025 год

Диетстолы

| Д/сад | МДОУ Костинский д/сад | | | | Ярославский детский сад с 3-7 лет | | | | среда |
|--------------|-----------------------|--------|--|----------------|-----------------------------------|--------------|---------------|----------|-------|
| | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак | горячее блюдо | 23\2 | Суп молочный с овощами | 200 | 108,000 | 6,00 | 5,80 | 43,70 | |
| | | | Гренки | 10 | 23,600 | 0,08 | 0,10 | 4,79 | |
| | горячий напиток | 13\10 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 89,00 | 3,00 | 2,90 | 13,40 | |
| | бутерброды | 1\13 | Батон чайный | 30 | 72,00 | 2,19 | 0,39 | 16,44 | |
| | | | Масло сливочное | 5 | 33,10 | 6,62 | 3,62 | 0,01 | |
| Обед | салат | 6\1 | Салат из свежей капусты с луком | 60 | 61,00 | 0,90 | 4,00 | 6,70 | |
| Обед | 1 блюдо | 18\2 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 79,00 | 2,20 | 1,40 | 15,20 | |
| | 2 блюдо | 5\9 | Котлеты из мяса кур | 80 | 211,00 | 14,30 | 11,70 | 12,10 | |
| | соусы | 44\3 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 150 | 250,00 | 8,60 | 6,80 | 45,60 | |
| | горячий напиток | 3\2 | Компот из свежих фруктов | 180 | 87,80 | 0,14 | 0,14 | 21,50 | |
| | хлеб пшеничный | | хлеб пшеничный йодированный1 сорт | 20 | 47,20 | 0,00 | 0,20 | 9,58 | |
| | хлеб ржаной | | Хлеб Дарница 2 сорт | 30 | 60,30 | 2,31 | 0,42 | 11,69 | |
| Полдник | мучные изделия | 5\12 | Вареники ленивые | 150 | 352,00 | 23,60 | 17,10 | 25,70 | |
| | соусы | 2\11 | Соус молочный сладкий | 30,00 | 32,91 | 0,74 | 1,41 | 4,45 | |
| | горячий напиток | 12\10 | Чай с молоком | 200 | 61,00 | 2,62 | 2,66 | 0,00 | |
| Итого | | | | 1511,21 | 66,60 | 54,92 | 226,06 | | |