

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"



Гневанова М.Н.

(Ф.И.О.)

# МЕНЮ

на 08/04.2025 год

для МДОУ "Костинский детский сад"

Д/сад

МДОУ Костинский д/сад

Диетстолы

Отд./корп

[Костинский д/сад с 1-3 лет

День

вторник

| Прием пищи    | Раздел          | № рец. | Блюдо                                 | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|---------------|-----------------|--------|---------------------------------------|----------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак       | горячее блюдо   | 14\4   | Каша ячневая                          | 150      | 155,00       | 4,90  | 4,47  | 23,43    |
|               | горячий напиток | 14\10  | Кофейный напиток                      | 150      | 67,00        | 2,30  | 2,20  | 10,00    |
|               | бутерброды      | 2      | Батон чайный                          | 20       | 48,00        | 1,46  | 0,26  | 10,96    |
|               |                 |        | Масло сливочное                       | 3        | 19,86        | 0,00  | 2,17  | 0,04     |
|               | 1 блюдо         | 15\2   | Суп-пюре из разных овощей             | 150      | 61,00        | 2,01  | 2,67  | 7,09     |
|               | хлеб пшеничный  | 34\2   | Гренки                                | 10       | 23,60        | 0,08  | 0,10  | 4,79     |
|               | гарнир          | 250    | Рыба запеченная с картофелем          | 150      | 253,50       | 14,90 | 12,90 | 18,70    |
|               | горячий напиток | 7\10   | Компот из сухофруктов и шиповника     | 150      | 53,20        | 0,30  | 0,06  | 13,61    |
|               | хлеб ржаной     |        | Хлеб Дарница 2 сорт                   | 20       | 44,00        | 1,42  | 0,44  | 8,94     |
|               | хлеб пшеничный  |        | Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт | 10       | 23,60        | 0,08  | 0,10  | 4,79     |
|               |                 |        |                                       | 100      | 237,00       | 17,10 | 9,50  | 20,30    |
| Полдник       | мучные изделия  | 6\5    | Сырники из творога                    | 20       | 66,00        | 1,40  | 1,70  | 11,20    |
|               | горячий напиток | 10\10  | Чай с сахаром                         | 150      | 26,00        | 0,00  | 0,00  | 6,80     |
| Итого за день |                 |        |                                       |          | 1110,76      | 46,65 | 37,97 | 145,15   |