

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.



Диетсто́лы

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	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	20	48,00	1,46	0,26	10,96
			Сыр	9	21,69	1,66	1,66	
	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 курицы	80	192,00	13,10	12,90	6,50
	гарнир	8\3	Капуста тушеная	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 пшеничный 1 сорт	10	23,60	0,08	0,10	4,79
				65	212,00	8,50	8,10	26,20
Полдник	мучные изделия	5\12	Ватрушка с творогом	200	35,00	0,00	0,00	9,10
	горячий напиток	10\10	Чай с сахаром					
Итого за день					1381,79	46,51	53,43	190,07