Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Иванова М.Н

МЕНЮ

на 11.09.2025 год

Диетстолы

Д/сад МДОУ Костинский д/сад Отд./корп Ярославский детский сад **с 3-7 лет** День Четверг

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	3\5	**Лапшевник с творогом**	150	285,00	12,10	9,80	32,80
	соусы	2\11	**Соус сладкий молочный**	50	54,85	1,20	2,40	7,50
	горячий напиток	397	**Какао с молоком**	180	107,00	3,67	3,19	15,80
	бутерброды	2	**Батон чайный с сыром**	30\9	104,54	4,68	2,88	16,44
	салат	5\1	**Салат из капусты с морковью и раст. маслом**	60	63,00	1,00	4,00	7,10
Обед	1 блюдо	11\2	**Рассольник домашний со сметаной**	250	116,25	2,30	5,60	17,40
	2 блюдо	4\9	**Плов из мяса кур**	150	368,00	19,10	17,50	34,90
	горячий напиток	9\10	**Кисель из сухофруктов**	180	103,00	0,90	0,00	28,80
	хлеб ржаной		**Хлеб дарница 2 сорт**	30	44,00	1,42	0,44	8,94
Полдник	гарнир	220	**Омлет с овощами**	100	176,25	6,80	15,60	2,70
			Хлеб йодированный 1 сорт	20	47,20	1,54	0,19	9,58
		12\10	**Чай с молоком**	180	61,00	1,40	1,40	11,20
	ИТОГО				**1530,09**	**56,11**	**63,00**	**193,16**