

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"



Гневанова М.Н.

МЕНЮ

на 03.10.2025 год

Диетстолы

Д/сад		МДОУ Костинский д/сад		Костинский детский сад		с 1-3 лет	День	пятница
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	11\4	Каша пшенная	150	154,00	4,90	4,47	23,43
	горячий напиток	13\10	Коф.напиток	150	67,00	2,26	2,16	10,02
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96
	салат	21\1	Масло сливочное	3	19,86	0,003	2,17	0,04
Обед			Салат из свеклы и моркови и растит.маслом	40	61,00	0,64	4,94	3,67
Обед	1 блюдо	7\2	Щи из свежей капусты с крупой и сметаной на к\б	150	56,80	1,21	3,22	5,76
	2 блюдо	16\7	Зразы из рыбы	60	85,30	6,77	3,61	6,44
	гарнир	3\3	Картофельное пюре	100	90,00	2,06	2,81	13,79
	горячий напиток	6\10	Компот из сухофруктов	150	54,00	0,37	0,02	13,70
Полдник			Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт	15	35,40	1,16	0,15	7,19
	хлеб ржаной		Хлеб дарница 2 сорт	30	60,30	2,31	0,42	11,69
	муч.изделия	448	Оладьи со стуженным молоком	70\15	188,00	5,30	3,90	32,40
		401	Чай с сахаром	150	26,00	0,00	0,00	6,82
ИТОГО					945,66	28,44	28,13	145,91