

Утверждаю: Заведующий МДОУ "Костинский детский сад"



Гневанова М.Н.

Диетсто́лы

Клевакинский

детский сад

с 3-7 лет

День

четверг

МДОУ Костинский д/сад

Д/сад

Прием пищ	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 с сыром	20\9	69,69	3,12	1,92	10,96
Завтрак 2	фрукты							
			Салат из моркови	60	64,00	0,70	4,00	7,90
	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			30	66,00	1,56	0,66	13,41
	хлеб пшеничный		Хлеб Дарница 2 сорт					
	мучные изделия	5\12	Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт	10	23,60	0,08	0,10	4,79
Полдник	горячий напиток	10\10	Ватружка с творогом	65	212,00	8,50	8,10	26,20
			Чай с сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10
Итого за день					1328,19	43,63	54,43	175,78