

Утверждаю: Заведующий МДОУ "Костинский детский сад"



для МДОУ "Костинский детский сад"

Диетсто́лы

пятница

с 3-7 лет

День

Клевакинский
детский сад

Отд./корп

МДОУ Костинский д/сад

Д/сад

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	11\4	Каша пшенная	200	206,00	6,50	6,00	31,20
	горячий напиток	13\10	Кофейный напиток	200	89,00	3,00	2,90	13,40
	бутерброды	1\13	Батон с маслом сливочным	30\5	82,60	2,43	1,42	48,90
	салаты	21\1	Салат из свеклы с морковью и маслом растительным	60	73,00	0,77	5,93	4,41
	1 блюдо	7\2	Щи из свежей капусты с крупой и сметаной на м/б	250	144,00	2,02	5,37	9,61
	2 блюдо	16\7	Зразы из рыбы	80	114,00	9,03	4,82	8,59
	гарнир	3\3	Картофельное пюре	150	135,00	3,10	4,20	20,60
	горячий напиток	6\10	Компот из сухофруктов	150	64,80	0,44	0,02	16,44
	хлеб ржаной		Хлеб чусовской 2 сорт	40	60,30	2,31	0,42	11,69
	хлеб пшеничный		Хлеб крестьянский 1 сорт	30	52,50	1,78	0,22	45,00
	мучные изделия	448	Оладьи со стуженным молоком	70\25	188,00	5,30	3,90	32,40
Полдник	горячий напиток	10\10	Чай с сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10
Итого за день					1244,20	36,68	35,20	230,74