



Диетсто́лы

Д/сад	МДОУ Костинский д/сад	Двусторонне	Отд./корп	Клевакинский детский сад	с 3-7 лет	День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	14\4	Каша ячневая	200	206,00	6,50	6,00	31,20
	горячий напиток	14\10	Кофейный напиток	200	89,00	3,00	2,90	13,40
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96
			Масло сливочное	5	33,10	6,62	3,62	0,01
	салат	20\1	Салат из отварной свеклы с яблоком и маслом растительным	60	64,00	0,80	5,00	4,10
	1 блюдо	15\2	Суп-пюре из разных овощей	250	102,00	3,35	4,46	11,81
	хлеб пшеничный	34\2	Гренки	10	23,60	0,08	0,10	4,79
	гарнир	250	Рыба запеченная с картофелем	200	338,00	19,90	17,20	24,90
	горячий напиток	7\10	Компот из сухофруктов и шиповника	180	63,90	0,36	0,01	16,33
	хлеб ржаной		Хлеб Дарница 2 сорт	40	88,00	2,84	0,88	17,88
Полдник	хлеб пшеничный		Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт	20	47,20	1,54	0,19	9,58
	мучные изделия	6\5	Сырники из творога	150	355,00	25,70	14,18	20,30
			Молоко стуженное	20	66,00	1,40	1,70	11,20
	горячий напиток	10\10	Чай с сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10
Итого за день					1591,80	74,25	57,90	190,06