Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневашова М.Н

(Ф.И.О)

МЕНЮ

на 28.10.2025год

для МДОУ "Костинский детский сад"

Диетстолы

Д/сад МДОУ Костинский д/сад Отд./корп Костинский д/сад **с 1-3 лет** День вторник

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	14\4	**Каша ячневая**	150	155,00	4,90	4,47	23,43
	горячий напиток	14\10	**Кофейный напиток**	150	67,00	2,30	2,20	10,00
	бутерброды	2	**Батон чайный**	20	48,00	1,46	0,26	10,96
			Масло сливочное	3	19,86	0,00	2,17	0,04
	салат	20\1	**Салат из отварной свеклы с яблоком и маслом растительным**	40	53,00	0,69	4,13	3,40
	1 блюдо	15\2	**Суп-пюре из разных овощей**	150	61,00	2,01	2,67	7,09
	хлеб пшеничный	34\2	**Гренки**	10	23,60	0,08	0,10	4,79
	гарнир	250	**Рыба запеченная с картофелем**	150	253,50	14,90	12,90	18,70
	горячий напиток	7\10	**Компот из сухофруктов и шиповника**	150	53,20	0,30	0,06	13,61
	хлеб ржаной		**Хлеб Дарница 2 сорт**	30	66,00	2,13	0,66	13,41
	хлеб пшеничный		**Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт**	20	47,20	1,54	0,19	9,58
Полдник	мучные изделия	6\5	**Сырники из творога**	100	237,00	17,10	9,50	20,30
			Молоко сгущенное	20	66,00	1,40	1,70	11,20
	горячий напиток	10\10	**Чай с сахаром**	150	26,00	0,00	0,00	6,80
Итого за день					**1209,36**	**49,51**	**42,41**	**157,81**