

Утверждаю: Заведующий МДОУ "Костинский детский сад"

Исмаинова М.Н.



МЕНЮ

на 21.11.2023 год

Диетсто́лы

МДОУ Костинский д/сад				Ярославский детский сад				с 3-7 лет		День		пятница	
Д/сад				Отд./корп									
Диетсто́лы													
Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы					
Завтрак	горячее блюдо	11\4	Каша пшеничная	200	206,00	6,50	6,00	31,20					
	горячий напиток	13\10	Коф.напиток	200	89,00	3,00	2,90	13,40					
	бутерброды	2	Батон чайный	30	72,00	2,19	0,39	16,44					
			Масло сливочное	5	33,10	6,620	3,62	0,01					
Обед	салат	21\1	Салат из свеклы с морковью и растит.маслом	60	73,00	0,77	5,93	4,41					
	1 блюдо	7\2	Щи из свежей капусты с крупой и сметаной на к\б	250	94,80	2,02	5,37	9,61					
	2 блюдо	16\7	Зразы из рыбы	80	113,80	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 крестьянский йодированный 1 сорт	20	47,20	1,54	0,19	9,58					
Полдник	хлеб ржаной		Хлеб дарница 2 сорт	20	40,20	1,54	0,28	7,79					
	муч.изделия	448	Оладьи со сгущ молоком	70\25	188,00	5,30	3,90	32,40					
		401	чай с сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10					
	ИТОГО				1191,90	42,05	37,62	179,57					