

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.



Диетстолы

Д/сад		МДОУ Костинский д/сад		Отд./корп		Костинский детский сад		с 1-3 лет		День		среда	
Диетсто́лы													
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы					
Завтрак	горячее блюдо	16\4	Суп молочный с овощами	150	81,00	3,00	3,50	10,20					
			Гренки	10	23,60	0,08	0,10	4,79					
	горячий напиток	10\10	Коф.напиток	150	67,00	2,30	2,20	10,00					
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96					
Обед			Масло сливочное	3	19,86	0,003	2,17	0,04					
	салат	12\1	Салат из белокочанной капусты с луком и растит.маслом	40	51,43	0,52	1,99	7,86					
	1 блюдо	62	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	48,00	1,30	0,80	9,10					
Обед	2 блюдо	5\9	Котлеты из мяса кур	50	132,00	9,00	7,30	7,60					
	гарнир	44\3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100	166,60	5,70	4,60	30,40					
	горячий напиток	372	Компот из свежих фруктов	150	73,20	0,12	0,12	17,90					
			Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт	10	23,60	0,08	0,10	4,79					
Полдник	хлеб ржаной		Хлеб дарница 2 сорт	30	60,30	2,31	0,42	11,69					
	гарнир	21\3	Вареники ленивые	100	235,00	15,70	11,40	17,10					
		2\11	Соус молочный сладкий	20	21,94	0,50	0,94	2,97					
		401	Чай с сахаром	150	26,00	0,00	0,00	6,80					
	ИТОГО				1077,53	42,07	35,90	152,20					