

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.

МЕНЮ

на 19.12.2025 год

Диетсто́лы

| Д/сад   | МДОУ Костинский д/сад |        |                                                |          | Костинский детский сад |       |       |          | с 1-3 лет | День | пятница |
|---------|-----------------------|--------|------------------------------------------------|----------|------------------------|-------|-------|----------|-----------|------|---------|
|         | Раздел                | № рец. | Блюдо                                          | Выход, г | Калорийность           | Белки | Жиры  | Углеводы |           |      |         |
| Завтрак | горячее блюдо         | 43-2\3 | Макаронные изделия отварные с сыром            | 130      | 178,000                | 6,30  | 5,00  | 27,70    |           |      |         |
|         | горячий напиток       | 13\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    |           |      |         |
|         |                       |        | сыр                                            | 6        | 14,40                  | 1,10  | 1,10  |          |           |      |         |
|         |                       |        |                                                |          |                        |       |       |          |           |      |         |
|         | 1 блюдо               | 31\2   | Суп крестьянский с крупой сметаной на клубьяне | 150      | 66,00                  | 1,40  | 3,30  | 8,80     |           |      |         |
|         | 2 блюдо               | 14\7   | Суфле из рыбы                                  | 50       | 55,00                  | 7,40  | 2,10  | 1,70     |           |      |         |
|         |                       | 36\3   | Гарнир овощной сборный                         | 100      | 78,70                  | 2,61  | 2,63  | 11,07    |           |      |         |
|         | горячий напиток       | 7\10   | Компот из шиповника и сухофруктов              | 150      | 53,20                  | 0,30  | 0,01  | 13,61    |           |      |         |
|         | хлеб пшеничный        |        | хлеб пшеничный 1 сорт                          | 10       | 23,60                  | 0,08  | 0,10  | 4,79     |           |      |         |
|         | хлеб ржаной           |        | Хлеб чусовской 2 сорт                          | 20       | 44,00                  | 1,42  | 0,44  | 8,94     |           |      |         |
|         | горячее блюдо         | 5\4    | Каша манная                                    | 150      | 134,00                 | 3,98  | 3,81  | 20,64    |           |      |         |
| Полдник | горячий напиток       | 12\10  | Чай с сахаром                                  | 150      | 26,00                  | 0,00  | 0,00  | 6,80     |           |      |         |
| ИТОГО   |                       |        |                                                |          | 849,90                 | 28,95 | 24,95 | 132,21   |           |      |         |