

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"



Гневанова М.Н.
(Ф.И.О.)

МЕНЮ

на 13.01.2026 год
для МДОУ "Костинский детский сад"

Клевакинский
детский сад

с 3-7 лет

День

вторник

Диетстолы

Отд./корп

МДОУ Костинский д/сад

Д/сад

Прием пищ	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 из отварной свеклы с яблоком и маслом растительным	60	64,00	0,80	5,00	4,10
	салат	20\1		250	102,00	3,35	4,46	11,81
	1 блюдо	15\2	Суп-пюре из разных овощей	10	23,60	0,08	0,10	4,79
	хлеб пшеничный	34\2	Гренки	200	338,00	19,90	17,20	24,90
	гарнир	250	Рыба запеченная с картофелем					
	горячий напиток	7\10	Компот из сухофруктов и шиповника	180	63,90	0,36	0,01	16,33
Полдник	хлеб ржаной		Хлеб Дарница 2 сорт	30	44,00	1,42	0,44	8,94
	хлеб пшеничный		Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт	10	23,60	0,08	0,10	4,79
	мучные изделия	6\5	Сырники из творога	150	355,00	25,70	14,18	20,30
			Повидло	20	24,00	0,00	0,00	9,00
	горячий напиток	10\10	Чай с сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10
Итого за день					1482,20	69,97	55,67	174,13