

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

 Гневаяева М.Н.

МЕНЮ

на 12.01.2026 год

Диетстолы

Д/сад	МДОУ Костинский д/сад	Костинский детский сад с 3-7 лет				понеделник
		Отд./корп	Калорийность	Белки	Жиры	

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	43\3	Макаронные изделия отварные	150	132,200	3,54	2,52	21,60
	горячий напиток	10\10	Чай с сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96
			Повидло	15	22,00			8,00
	салат	60	Салат из отварного картофеля, моркови, соленным огурцом с луком с раст.маслом	60	106,00	0,80	9,00	6,40
	1 блюдо	5\2	Суп свекольный картофельный со сметаной на к\б	250	116,00	2,20	5,50	17,20
	2 блюдо	32\8	Голубцы ленивые	200	247,50	19,90	13,00	13,10
	соусы	4\11	Соус молочный с овощами	50	44,00	1,00	3,00	3,70
	горячий напиток	7\10	Компот из шиповника	180	58,40	0,20	0,08	15,01
	хлеб пшеничный		хлеб пшеничный йодированный I сорт	30	70,80	2,31	0,29	14,37
Полдник	хлеб ржаной		Хлеб Дарница 2 сорт	40	88,00	2,84	0,88	17,88
	мучные изделия	460	Крендель сахарный	70	185,00	3,54	6,57	27,80
	горячий напиток	400	Молоко	180	102,00	5,49	4,89	9,09
	Итого				1254,90	43,28	45,99	174,21