

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"



Диетсто́лы

Д/сад	МДОУ Костинский д/сад			Ярославский детский сад с 3-7 лет				День	среда
	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	
Завтрак	горячее блюдо	23\2	Суп молочный с овощами		200	108,000	6,00	5,80	43,70
			Гренки		24	56,400	0,19	0,24	11,50
	горячий напиток	13\10	Кофейный напиток с молоком		200	89,00	3,00	2,90	13,40
	бутерброды	1\13	Батон чайный		30	72,00	2,19	0,39	16,44
Обед			Масло сливочное		5	33,10	6,62	3,62	0,01
	салат	6\1	Салат из свежей капусты с луком		60	61,00	0,90	4,00	6,70
Обед	1 блюдо	18\2	Суп картофельный с макаронными изделиями		250	79,00	2,20	1,40	15,20
	2 блюдо	5\9	Котлеты из мяса кур		80	211,00	14,30	11,70	12,10
	соусы	44\3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами		150	250,00	8,60	6,80	45,60
	горячий напиток	372	Компот из свежих фруктов		180	87,80	0,14	0,14	21,50
Полдник	хлеб ржаной		Хлеб Дарница 2 сорт		40	60,30	2,31	0,42	11,69
	мучные изделия	5\12	Вареники ленивые		150	352,00	23,60	17,10	25,70
	соусы	2\11	Соус молочный сладкий		30,00	32,91	0,74	1,41	4,45
	хлеб пшеничный		хлеб пшеничный йодированный I сорт		30	47,20	0,00	0,20	9,58
Итого	горячий напиток	12\10	Чай с молоком		200	61,00	2,62	2,66	0,00
						1600,71	73,41	58,78	237,57