

Утверждено: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.

МЕНЮ

на 20.01.2026 год

Диетстолы

Д/сад	МДОУ Костинский д/сад	Костинский детский сад с 1-3 лет				День
		Отд./корп	Костинский детский сад	с 1-3 лет	День	
						вторник

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	3\6	Омлет с зеленым горошком	80\5	132,00	5,30	3,70	3,40
	салат	25\1	Салат из отварной свеклы с маслом р	40	63,00	0,50	3,30	9,00
	горячий напиток	10\10	Чай сахаром	150	26,00			6,80
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96
			Повидло	15	22,00			8,00
Обед	1 блюдо	29\2	Суп - пюре гороховый с гречками	150	96,00	3,90	1,30	13,10
	2 блюдо	11\7	Тефтели рыбные в соусе	80	87,30	6,80	3,60	6,60
	гарнир	3\3	Картофельное пюре	100	90,00	2,10	2,80	14,90
	горячий напиток	15\10	Компот из шиповника	150	49,00	0,20	0,10	13,60
	хлеб ржаной		Хлеб чусовской 2 сорт	30	66,00	2,13	0,66	13,41
Полдник	гарнир	21\2	Суп молочный с лапшой	100	71,00	2,60	2,70	9,30
		401	Снежок	150	88,00	4,40	4,80	7,10
	хлеб пшеничный		Хлеб крестьянский 1 сорт	20	47,20	1,54	0,19	9,58
	ИТОГО				837,50	30,93	23,41	125,75