

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.
(Ф.И.О)



на 29.01.2026 год

для МДОУ "Костинский детский сад"

Диетсто́лы

МДОУ Костинский д/сад	Отд./корп	Костинский д/сад с 3-7 лет	День	вторник
-----------------------	-----------	----------------------------	------	---------

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	20\1	Салат из отварной свеклы с яблоком и маслом растительным	60	64,00	0,80	5,00	4,10
	1 блюдо	15\2	Суп-пюре из разных овощей	250	102,00	3,35	4,46	11,81
	хлеб пшеничный	34\2	Гренки	10	23,60	0,08	0,10	4,79
	гарнир	250	Рыба запеченная с картофелем	200	338,00	19,90	17,20	24,90
	горячий напиток	7\10	Компот из сухофруктов и шиповника	180	63,90	0,36	0,01	16,33
	хлеб ржаной		Хлеб Дарница 2 сорт	30	44,00	1,42	0,44	8,94
Полдник	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
			Молоко сгущенное	20	66,00	1,40	1,70	11,20
	горячий напиток	10\10	чай с сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10
	Итого за день				1524,20	71,37	57,37	176,33