

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"



Гневанова М.Н.

МЕНЮ

на 30.01.2026 год

Диетсто́лы

Д/сад		МДОУ Костинский д/сад		Костинский детский сад		с 1-3 лет		День		пятница	
Прием пищи		Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	горячее блюдо		11\4	Каша пшенная	150	154,00	4,90	4,47	23,43		
	горячий напиток		13\10	Коф.напиток	150	67,00	2,26	2,16	10,02		
	бутерброды		2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96		
Обед				Масло сливочное	3	19,86	0,003	2,17	0,04		
	1 блюдо		7\2	Щи из свежей капусты с крупой и сметаной на к\б	150	56,80	1,21	3,22	5,76		
	2 блюдо		16\7	Зразы из рыбы	60	85,30	6,77	3,61	6,44		
	гарнир		3\3	Картофельное пюре	100	90,00	2,06	2,81	13,79		
	горячий напиток		6\10	Компот из сухофруктов	150	54,00	0,37	0,02	13,70		
				Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт	15	35,40	1,16	0,15	7,19		
Полдник	хлеб ржаной			Хлеб дарница 2 сорт	30	60,30	2,31	0,42	11,69		
	муч.изделия		448	Оладьи со стуженым молоком	70\15	188,00	5,30	3,90	32,40		
			401	Чай с сахаром	150	26,00	0,00	0,00	6,82		
	ИТОГО					884,66	27,80	23,19	142,24		