

Утверждено: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.

МЕНЮ

на 03.02.2026 год

Диетстолы

| | | | | |
|-----------------------|--------------------------|-----------|------|---------|
| МДОУ Костинский д/сад | Клевакинский детский сад | с 3-7 лет | День | вторник |
| Д/сад | Отд./корп | с 3-7 лет | День | вторник |

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------------|--------|---|----------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | горячее блюдо | 3\6 | Омлет с зеленым горошком | 100\5 | 85,00 | 6,60 | 4,60 | 4,20 |
| | салат | 25\1 | Салат из отварной свеклы с изюмом с маслом раст | 60 | 94,00 | 0,80 | 4,90 | 13,40 |
| | горячий напиток | 10\10 | Чай сахаром | 200 | 35,00 | 0,00 | 0,00 | 9,10 |
| | бутерброды | 2 | Батон чайный | 20 | 48,00 | 1,46 | 0,26 | 10,96 |
| | | | | Повидло | 20 | 24,00 | 0,00 | 0,00 |
| Обед | 1 блюдо | 29\2 | Суп -пюре гороховый с гречками | 250 | 119,00 | 6,60 | 2,20 | 21,80 |
| | 2 блюдо | 11\7 | Тефтели рыбные в соусе | 120 | 131,00 | 10,20 | 5,50 | 9,90 |
| | гарнир | 3\3 | Картофельное пюре | 150 | 135,00 | 3,10 | 4,20 | 22,30 |
| | горячий напиток | 15\10 | Компот из шиповника | 180 | 59,00 | 0,20 | 0,10 | 16,30 |
| | хлеб ржаной | | Хлеб чусовской 2 сорт | 30 | 66,00 | 2,13 | 0,66 | 13,41 |
| Полдник | гарнир | 21\2 | Суп молочный с лапшой | 250 | 118,00 | 4,30 | 4,60 | 15,50 |
| | | 401 | Снежок | 180 | 130,90 | 4,42 | 4,25 | 18,70 |
| | хлеб пшеничный | | Хлеб крестьянский 1 сорт | 20 | 47,20 | 1,54 | 0,19 | 9,58 |
| | Итого: | | | | 1092,10 | 41,35 | 31,46 | 174,15 |