

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.



Диетстолы

Бутаковский детский сад с 3-7 лет День среда

МДОУ Костинский д/сад Отд./корп Бутаковский детский сад с 3-7 лет День среда

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|-----------------|--------|--|----------------|--------------|--------------|---------------|----------|
| Завтрак | горячее блюдо | 23\2 | Суп молочный с овощами | 200 | 108,000 | 6,00 | 5,80 | 43,70 |
| | | | Гренки | 10 | 23,600 | 0,08 | 0,10 | 4,79 |
| | горячий напиток | 13\10 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 89,00 | 3,00 | 2,90 | 13,40 |
| | бутерброды | 1\13 | Батон чайный | 20 | 48,00 | 1,46 | 0,26 | 10,96 |
| | | | Масло сливочное | 5 | 33,10 | 6,62 | 3,62 | 0,01 |
| Обед | салат | 6\1 | Салат из свежей капусты с луком | 60 | 61,00 | 0,60 | 4,00 | 7,20 |
| | 1 блюдо | 18\2 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 79,00 | 2,20 | 1,40 | 15,20 |
| Обед | 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 | 3\72 | Компот из свежих фруктов | 180 | 87,80 | 0,14 | 0,14 | 21,50 |
| | хлеб пшеничный | | хлеб пшеничный йодированный1 сорт | 20 | 47,20 | 0,00 | 0,20 | 9,58 |
| | хлеб ржаной | | Хлеб Дарница 2 сорт | 30 | 60,30 | 2,31 | 0,42 | 11,69 |
| Полдник | мучные изделия | 5\12 | Варенички ленивые | 100 | 235,00 | 15,70 | 11,40 | 17,10 |
| | соусы | 2\11 | Соус молочный сладкий | 30,00 | 32,91 | 0,74 | 1,41 | 4,45 |
| | горячий напиток | 12\10 | Чай с молоком | 200 | 61,00 | 2,62 | 2,66 | 0,00 |
| Итого | | | | 1426,91 | 64,37 | 52,81 | 217,28 | |