



Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.

**МЕНЮ**

**на 6.02.2026 год**

**Диетстолы**

Ярославский  
детский сад  
с 3-7 лет  
День  
пятница

МДОУ Костинский д/сад

Отд./корп

Д/сад

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	11\4	Каша пшеничная	200	206,00	6,50	6,00	31,20
	горячий напиток	13\10	Коф.напиток	200	89,00	3,00	2,90	13,40
	бутерброды	2	Батон чайный	30	72,00	2,19	0,39	16,44
			Масло сливочное	5	33,10	6,620	3,62	0,01
Обед	салат	21\1	Салат из свеклы с морковью и растит.маслом	60	73,00	0,77	5,93	4,41
	1 блюдо	7\2	Щи из свежей капусты с крупной и сметаной на к\б	250	94,80	2,02	5,37	9,61
	2 блюдо	16\7	Зразы из рыбы	80	113,80	9,03	4,82	8,59
	гарнир	3\3	Картофельное пюре	150	135,00	3,10	4,20	20,60
	горячий напиток	6\10	Компот из сухофруктов	150	64,80	0,44	0,02	16,44
			Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт	20	47,20	1,54	0,19	9,58
			Хлеб дарница 2 сорт	20	40,20	1,54	0,28	7,79
			Оладьи со егущ молоком	70\25	188,00	5,30	3,90	32,40
Полдник	муч.изделия	401	Чай с сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10
	<b>ИТОГО</b>				<b>1191,90</b>	<b>42,05</b>	<b>37,62</b>	<b>179,57</b>