

Утверждаю, Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.

МЕНЮ

на 11.02.2026 год

Диетстолы

Д/сад	МДОУ Костинский д/сад				Ярославский детский сад с 3-7 лет				День	Жиры	Углеводы
	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	24	56,400	0,19	0,24	11,50			
	горячий напиток	13\10	Кофейный напиток с молоком	200	89,000	3,00	2,90	13,40			
	бутерброды	1\13	Батон чайный	30	72,000	2,19	0,39	16,44			
			Масло сливочное	5	33,10	6,62	3,62	0,01			
Обед	салат	6\1	Салат из свежей капусты с луком	60	61,000	0,90	4,00	6,70			
Обед	1 блюдо	18\2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	79,000	2,20	1,40	15,20			
	2 блюдо	5\9	Котлеты из мяса кур	80	211,000	14,30	11,70	12,10			
	соусы	44\3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	250,000	8,60	6,80	45,60			
	горячий напиток	372	Компот из свежих фруктов	180	87,800	0,14	0,14	21,50			
	хлеб ржаной		Хлеб Дарница 2 сорт	40	60,300	2,31	0,42	11,69			
Полдник	мучные изделия	5\12	Вареники ленивые	150	352,000	23,60	17,10	25,70			
	соусы	2\11	Соус молочный сладкий	30,00	32,910	0,74	1,41	4,45			
	хлеб пшеничный		хлеб пшеничный йодированный 1 сорт	30	47,200	0,00	0,20	9,58			
	горячий напиток	12\10	Чай с молоком	200	61,000	2,62	2,66	0,00			
ИТОГО					1600,71	73,41	58,78	237,57			