Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н

МЕНЮ
на 12.02.2026год

Диетстолы

Д/сад МДОУ Костинский д/сад Отд./корп Ярославский детский сад **с 3-7 лет** День четверг

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	16\4	**Каша ассорти**	200	175,00	5,00	5,90	25,60
	горячий напиток	14\10	**Какао с молоком**	180	121,50	3,15	3,15	20,61
	бутерброды	3\13	**Батон с сыром**	30\9	104,54	4,68	2,88	16,44
	салат	10\1	**Салат из моркови с раст маслом**	60	64,00	0,70	4,00	7,90
	1 блюдо	15\2	**Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной**	250	235,00	6,40	15,40	19,20
	2 блюдо	8\8	**Бефстроганов из отварного мяса куры**	80	192,00	13,10	12,90	6,50
	гарнир	8\3	**Капуста тушенная**	150	94,00	3,50	2,90	17,40
	горячий напиток	9\10	**Кисель из сухофруктов**	180	103,00	0,90	0,00	28,80
	хлеб ржаной		**Хлеб Дарница 2 сорт**	20	44,00	1,04	0,44	8,94
	хлеб пшеничный		**Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт**	20	47,20	0,16	0,20	9,58
Полдник	мучные изделия	5\12	**Ватрушка с творогом**	65	212,00	8,50	8,10	26,20
	горячий напиток	10\10	**Чай с сахаром**	200	35,00	0,00	0,00	9,10
Итого за день					**1427,24**	**47,13**	**55,87**	**196,27**