

Утверждаю Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

М.П. Костинский детский сад  
М.П. МДОУ  
М.П. Иванова М.Н.  
детский сад

МЕНЮ

на 02.03.2026 год

Диетстолы

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

| Прием пищи   | Раздел          | № рец. | Блюдо   | Выход, г | Калорийность   | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|--------------|-----------------|--------|---|----------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак      | горячее блюдо   | 15\4   | Каша пшеничная  | 200      | 206,000        | 6,50         | 6,00         | 32,50         |
|              | горячий напиток | 10\10  | Чай с сахаром   | 200      | 35,00          | 0,00         | 0,00         | 9,10          |
|              | бутерброды      | 2      | Батон чайный с сыром  | 30\9     | 104,53         | 4,68         | 2,88         | 16,44         |
| Обед         | салат           | 4\1    | Салат из отварного картофеля, моркови, соленым огурцом и маслом | 60       | 106,00         | 0,80         | 9,00         | 6,40          |
|              | 1 блюдо         | 5\2    | Суп свекольный картофельный со сметаной на к\б                  | 250      | 116,00         | 2,20         | 5,50         | 17,20         |
|              | 2 блюдо         | 32\8   | Голубцы ленивые   | 200      | 247,50         | 19,90        | 13,00        | 13,10         |
|              | соусы           | 4\11   | Соус молочный с овощами   | 50       | 44,00          | 1,00         | 3,00         | 3,70          |
|              | горячий напиток | 7\10   | Напиток из шиповника  | 180      | 58,40          | 0,20         | 0,08         | 15,01         |
|              | хлеб пшеничный  |        | хлеб пшеничный йодированный1 сорт                               | 20       | 27,20          | 0,02         | 0,20         | 9,58          |
|              | хлеб ржаной     |        | Хлеб Дарница 2 сорт   | 20       | 44,00          | 1,04         | 0,44         | 8,94          |
| Полдник      | мучные изделия  | 460    | Крендель сахарный   | 70       | 185,00         | 3,54         | 6,57         | 27,80         |
|              | горячий напиток | 400    | Чай с молоком   | 180      | 61,00          | 2,62         | 2,66         | 0,00          |
| <b>Итого</b> |                 |        |   |          | <b>1234,63</b> | <b>42,50</b> | <b>49,33</b> | <b>159,77</b> |

(Подпись)

(расшифровка подписи)