Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н

МЕНЮ
на 4.03.2026 год

Диетстолы

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

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	16\4	**Каша дружба**	200	175,00	5,00	5,90	26,40
	горячий напиток	10\10	**Чай сахаром**	200	35,00			9,10
	бутерброды	2	**Батон чайный**	30	108,00	3,29	0,58	24,66
			Повидло	20	24,00			9,00
Обед	салат	12\1	**Салат из моркови с изюмом и растит.маслом**	60	77,06	0,78	2,98	11,78
	1 блюдо	62	**Борщ с мясом**	250	160,00	9,90	7,27	13,70
	2 блюдо	8\9	**Суфле из мяса кур**	80	241,00	15,80	18,20	3,60
	гарнир	43\3	**Макаронные изделия отварные**	130	160,20	4,60	3,27	28,09
	горячий напиток	372	**Компот из свежих фруктов(яблок)**	180	87,80	0,14	0,14	21,50
	хлеб ржаной		**Хлеб чусовской 2 сорт**	30	66,00	1,56	0,66	13,41
Полдник	гарнир	19\3	**Рагу из овощей с соусом молочным**	150	119,00	3,10	5,30	14,60
		401	**Снежок**	143	110,11	1,27	3,60	15,73
	хлеб пшеничный		**Хлеб крестьянский 1 сорт**	20	47,20	1,54	0,19	9,58
	ИТОГО				**1410,37**	**46,98**	**48,09**	**201,15**