



Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Г.Иванова М.Н.

(Ф.И.О.)

МЕНЮ

на 10.03.2026 год

для МДОУ "Костинский детский сад"

Диетстолы

МДОУ Костинский д/сад [Отд./корп Костинский д/сад с 1-3 лет День вторник

Д/сад

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	14\4	Каша ячневая	150	155,00	4,90	4,47	23,43
	горячий напиток	14\10	Кофейный напиток	150	67,00	2,30	2,20	10,00
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96
			Масло сливочное	3	19,86	0,00	2,17	0,04
	салат	20\1	Салат из отварной свеклы с яблоком и маслом растительным	40	53,00	0,69	4,13	3,40
	1 блюдо	15\2	Суп-пюре из разных овощей	150	61,00	2,01	2,67	7,09
	хлеб пшеничный	34\2	Гренки	10	23,60	0,08	0,10	4,79
	гарнир	250	Рыба запеченная с картофелем	150	253,50	14,90	12,90	18,70
	горячий напиток	7\10	Компот из сухофруктов и шиповника	150	53,20	0,30	0,06	13,61
	хлеб ржаной		Хлеб Дарница 2 сорт	30	66,00	2,13	0,66	13,41
	хлеб пшеничный		Хлеб крестьянский йодированный I сорт	20	47,20	1,54	0,19	9,58
Полдник	мучные изделия	6\5	Сырники из творога	100	237,00	17,10	9,50	20,30
			Молоко стуженное	20	66,00	1,40	1,70	11,20
	горячий напиток	10\10	Чай с сахаром	150	26,00	0,00	0,00	6,80
Итого за день					1209,36	49,51	42,41	157,81