



Утверждено: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"
 Ефимова М.Н.

МЕНЮ

на 17.03.2026 год

Диетстолы

МДОУ Костинский д/сад
 Костинский детский сад
 с 3-7 лет

Отд./корп

День

| Д/сад | 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 | 10 | 23,600 | 0,08 | 0,10 | 4,79 |
| | горячий напиток | 13\10 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 89,000 | 3,00 | 2,90 | 13,40 |
| | бутерброды | 1\13 | Батон чайный | 20 | 48,000 | 1,46 | 0,26 | 10,96 |
| | | | Масло сливочное | 5 | 33,100 | 6,62 | 3,62 | 0,01 |
| Обед | салат | 6\1 | Салат из свежей капусты с луком | 60 | 61,000 | 0,60 | 4,00 | 7,20 |
| 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 | 3\2 | Компот из свежих фруктов | 180 | 87,800 | 0,14 | 0,14 | 21,50 |
| | | | хлеб пшеничный | 20 | 47,200 | 0,00 | 0,20 | 9,58 |
| Полдник | хлеб ржаной | | Хлеб Дарница 2 сорт | 30 | 60,300 | 2,31 | 0,42 | 11,69 |
| | мучные изделия | 5\12 | Вареники ленивые | 100 | 235,000 | 15,70 | 11,40 | 17,10 |
| | соусы | 2\11 | Соус молочный сладкий | 30,00 | 32,910 | 0,74 | 1,41 | 4,45 |
| | горячий напиток | 12\10 | Чай с сахаром | 200 | 35,000 | 0,00 | 0,00 | 9,10 |
| Итого | | | | | 1400,91 | 61,75 | 50,15 | 226,38 |