

Утверждаю: Заведущая МДОУ "Костинский детский сад"

МДОУ "Костинский детский сад"

Губанова М.Н. (Ф.И.О.)

МЕНЮ

на 17.03.2026 год

для МДОУ "Костинский детский сад"

Диетстолы

Д/сад МДОУ Костинский д/сад

		Отд./корп		Ярославский детский сад		с 3-7 лет		День		вторник	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	горячее блюдо	14\4	Каша ячневая	200	206,00	6,50	6,00	31,20			
	горячий напиток	14\10	Кофейный напиток	200	89,00	3,00	2,90	13,40			
	бутерброды	2	Батон чайный	30	72,00	2,19	0,39	16,44			
			Масло сливочное	5	33,10	6,62	3,62	0,01			
	салат	20\1	Салат из отварной свеклы с яблоком и маслом растительным	60	64,00	0,80	5,00	4,10			
	1 блюдо	15\2	Суп-пюре из разных овощей	250	102,00	3,35	4,46	11,81			
	хлеб пшеничный	34\2	Гренки	20	52,60	1,71	0,17	10,75			
	гарнир	250	Рыба запеченная с картофелем	200	338,00	19,90	17,20	24,90			
	горячий напиток	7\10	Компот из сухофруктов и шиповника	180	63,90	0,36	0,07	16,33			
	хлеб ржаной		Хлеб Дарница 2 сорт	30	66,00	2,13	0,66	13,41			
Полдник	мучные изделия	6\5	Сырники из творога	150	355,00	25,70	14,18	30,51			
			Молоко стуженное	30	96,00	2,25	2,55	16,80			
	хлеб пшеничный		Хлеб крестьянский йодированный I сорт	20	57,20	0,16	0,20	9,58			
горячий напиток	10\10	Чай с сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10				
Итого за день					1629,80	74,67	57,40	208,34			