

Утверждено заведующей МДОУ "Костинский детский сад"



Диетстолы

Д/сад		МДОУ Костинский д/сад		Клевакинский детский сад		с 3-7 лет		День		Четверг	
Прием пищ.	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	горячее блюдо	3\5	Лашевник с творогом	150	285,00	12,10	9,80	32,80			
	соусы	2\11	Соус сладкий молочный	50	54,85	1,20	2,40	7,50			
	горячий напиток	3\97	Какао с молоком	180	107,00	3,67	3,19	15,80			
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96			
				сыр	11	26,50	2,000	2,00	0,00		
Обед	салат	12\1	Салат из облокочанной капусты с луком и растит.-маслом	40	51,43	0,52	1,99	7,86			
Обед	1 блюдо	11\2	Рассольник домашний со сметаной	250	116,25	2,30	5,60	17,40			
	2 блюдо	4\9	Плов из мяса кур	150	368,00	19,10	17,50	34,90			
	горячий напиток	9\10	Кисель из сухфруктов	150	103,00	0,90	0,00	28,80			
	хлеб ржаной		Хлеб дарница 2 сорт	30	44,00	1,42	0,44	8,94			
Полдник	гарнир	220	Омлет с овощами	100	176,25	6,80	15,60	2,70			
			Хлеб йодированный 1 сорт	20	47,20	1,54	0,19	9,58			
		12\10	Чай с молоком	180	61,00	1,40	1,40	11,20			
	ИТОГО				1488,48	54,41	60,37	188,44			