

Утверждено: Заведующий МДОУ "Костинский детский сад"



для МДОУ "Костинский детский сад"

Диетстолы

Д/сад	МДОУ Костинский д/сад		Отд./корп	[Костинский д/сад с 1-3 лет		День	четверг	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	16\4	Каша ассорти	150	131,00	3,74	4,41	19,23
	горячий напиток	14\10	Какао с молоком	150	101,25	3,15	3,15	20,61
	бутерброды	3\13	Батон с сыром	20\6	62,40	2,56	2,56	10,96
Завтрак 2	фрукты							
			Салат из моркови	40	43,00	0,50	2,60	5,20
	1 блюдо	15\2	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	150	141,00	3,80	9,20	11,50
	2 блюдо	8\8	Бефстроганов из отварного мяса курицы	50	120,00	8,20	8,10	4,10
	гарнир	8\3	Капуста тушенная	100	62,00	2,30	1,90	11,60
	горячий напиток	9\10	Кисель из сухофруктов	150	86,00	0,70	0,00	24,00
	хлеб ржаной		Хлеб Дарница 2 сорт	20	44,00	1,42	0,44	8,94
	хлеб пшеничный		Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт	10	23,60	0,08	0,10	4,79
Полдник	мучные изделия	5\12	Ватрушка с творогом	65	212,00	8,50	8,10	26,20
	горячий напиток	10\10	Чай с сахаром	150	26,00	0,00	0,00	6,80
<b>Итого за день</b>					<b>1085,25</b>	<b>35,65</b>	<b>41,96</b>	<b>158,43</b>