



Утверждаю: директор МДОУ "Костинский детский сад"

МДОУ "Костинский детский сад"  
Иванова Г.С.

**МЕНЮ**

на 08.04.2026 год

**Диетстолы**

|                       |                        |           |      |       |
|-----------------------|------------------------|-----------|------|-------|
| МДОУ Костинский д/сад | Костинский детский сад | с 3-7 лет | День | среда |
|-----------------------|------------------------|-----------|------|-------|

Д/сад

| Прием пищи | Раздел          | № рец. | Блюдо                                     | Выход, г | Калорийность   | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|------------|-----------------|--------|---|----------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак    | горячее блюдо   | 16\4   | Каша дружба                               | 200      | 175,00         | 5,00         | 5,90         | 26,40         |
|            | горячий напиток | 10\10  | Чай сахаром                               | 200      | 35,00          |              |              | 9,10          |
|            | бутерброды      | 2      | Батон чайный                              | 20       | 48,00          | 1,46         | 0,26         | 10,96         |
|            |                 |        | Повидло                                   | 20       | 24,00          |              |              | 9,00          |
| Обед       | салат           | 12\1   | Салат из моркови с изюмом и растит.маслом | 60       | 77,06          | 0,78         | 2,98         | 11,78         |
|            | 1 блюдо         | 62     | Борщ с мясом                              | 250      | 160,00         | 9,90         | 7,27         | 13,70         |
|            | 2 блюдо         | 8\9    | Суфле из мяса кур                         | 80       | 241,00         | 15,80        | 18,20        | 3,60          |
|            | гарнир          | 43\3   | Макаронные изделия отварные               | 130      | 160,20         | 4,60         | 3,27         | 28,09         |
|            | горячий напиток | 372    | Компот из свежих фруктов                  | 150      | 87,80          | 0,14         | 0,14         | 21,50         |
|            | хлеб ржаной     |        | Хлеб чувовской 2 сорт                     | 30       | 66,00          | 1,56         | 0,66         | 13,41         |
| Полдник    | гарнир          | 19\3   | Рагу из овощей с соусом молочным          | 150      | 119,00         | 3,10         | 5,30         | 14,60         |
|            |                 | 401    | Снежок                                    | 170      | 130,90         | 4,42         | 4,25         | 18,70         |
|            | хлеб пшеничный  |        | Хлеб крестьянский 1 сорт                  | 20       | 47,20          | 1,54         | 0,19         | 9,58          |
|            | <b>ИТОГО</b>    |        |   |          | <b>1371,16</b> | <b>48,30</b> | <b>48,42</b> | <b>190,42</b> |