



Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

МЕНЮ

на 16.04.2026 год

для МДОУ "Костинский детский сад"

Диетстолы

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 кури | 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 | Ватружка 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 |
| Итого за день | | | | | 1085,25 | 35,65 | 41,96 | 158,43 |