

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.

(Ф.И.О)



МЕНЮ

на 21.04.2026 год

для МДОУ "Костинский детский сад"

Диетсто́лы

МДОУ Костинский д/сад		Отд./корп		Костинский 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	20	48,00	1,46	0,26	10,96			
				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	10	23,60	0,08	0,10	4,79			
	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	0,01	16,33			
	хлеб ржаной		Хлеб Дарница 2 сорт	30	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	6\5	Сырники из творога	150	355,00	25,70	14,18	20,30			
			Молоко стуженное	20	66,00	1,40	1,70	11,20			
	горячий напиток	10\10	чай с сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10			
<b>Итого за день</b>					<b>1524,20</b>	<b>71,37</b>	<b>57,37</b>	<b>176,33</b>			