

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"



Днев столы

Д/сад	МДОУ Костинский д/сад		Костинский детский сад		с 3-7 лет		День	среда
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					
	1 блюдо	62	Борщ с мясом	60	77,06	0,78	2,98	11,78
	2 блюдо	8\9	Суфле из мяса кур	250	160,00	9,90	7,27	13,70
	гарнир	43\3	Каша гречневая рассыпчатая	80	241,00	15,80	18,20	3,60
	горячий напиток	372	Компот из свежих фруктов	130	160,20	4,60	3,27	28,09
	хлеб ржаной		Хлеб чувовской 2 сорт	150	87,80	0,14	0,14	21,50
Полдник	гарнир	19\3		30	66,00	1,56	0,66	13,41
		401	Рагу из овощей с соусом молочным	150	119,00	3,10	5,30	14,60
	хлеб пшеничный		Снежок	170	130,90	4,42	4,25	18,70
	ИТОГО		Хлеб крестьянский 1 сорт	20	47,20	1,54	0,19	9,58
					1371,16	48,30	48,42	190,42