

Утверждено: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"



Диетстолы

Д/сад		МДОУ Костинский д/сад		Костинский детский сад		с 1-3 лет		День		среда	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	горячее блюдо	16\4	Каша дружба	150	132,00	3,70	4,40	19,80			
	горячий напиток	10\10	Чай сахаром	150	26,00			6,80			
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96			
				Повидло	15	22,00			8,00		
Обед	салат	12\1	Салат из моркови с изюмом и растит.маслом	40	0,52	1,99	7,86	51,43			
	1 блюдо	62	Борщ с мясом	150	96,00	5,94	4,40	8,30			
	2 блюдо	8\9	Суфле из мяса кур	60	181,00	11,88	13,64	2,66			
	гарнир	43\3	Макаронные изделия отварные	100	132,20	3,54	2,52	21,60			
	горячий напиток	372	Компот из свежих фруктов	150	73,20	0,12	0,12	17,90			
	хлеб ржаной		Хлеб чусовской 2 сорт	20	44,00	1,42	0,44	8,94			
Полдник	гарнир	19\3	Рагу из овощей с соусом молочным	100	79,30	2,06	3,53	9,73			
		401	Снежок	150	88,00	4,40	4,80	7,10			
	хлеб пшеничный		Хлеб крестьянский 1 сорт	10	23,60	0,08	0,10	4,79			
	ИТОГО				945,82	36,59	42,07	178,01			