Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н

(Ф.И.О)

МЕНЮ

на **21.04.2026** год

для МДОУ "Костинский детский сад"

Диетстолы

Д/сад МДОУ Костинский д/сад | Отд./корп Ярославский детский сад | **с 3-7 лет** | День вторник

Прием пищ	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**	30	72,00	2,19	0,39	16,44
			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**	20	52,60	1,71	0,17	10,75
	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	0,07	16,33
	хлеб ржаной		**Хлеб Дарница 2 сорт**	30	66,00	2,13	0,66	13,41
Полдник	мучные изделия	6\5	**Сырники из творога**	150	355,00	25,70	14,18	30,51
			Молоко сгущенное	30	96,00	2,25	2,55	16,80
	хлеб пшеничный		**Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт**	20	57,20	0,16	0,20	9,58
	горячий напиток	10\10	**Чай с сахаром**	200	35,00	0,00	0,00	9,10
Итого за день					**1629,80**	**74,67**	**57,40**	**208,34**