

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.



Диетстолы

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	16\4	Каша ассорти	200	175,00	5,00	5,90	25,60
	горячий напиток	14\10	Какао с молоком	180	121,50	3,15	3,15	20,61
	бутерброды	3\13	Батон с сыром	30\9	104,54	4,68	2,88	16,44
	салат	10\1	Салат из моркови с раст маслом	60	64,00	0,70	4,00	7,90
	1 блюдо	15\2	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	250	235,00	6,40	15,40	19,20
	2 блюдо	8\8	Бефстроганов из отварного мяса кури	80	192,00	13,10	12,90	6,50
	гарнир	8\3	Капуста тушеная	150	94,00	3,50	2,90	17,40
	горячий напиток	9\10	Кисель из сухофруктов	180	103,00	0,90	0,00	28,80
	хлеб ржаной		Хлеб Дарница 2 сорт	20	44,00	1,04	0,44	8,94
	хлеб пшеничный		Хлеб крестьянский подпорованный 1 сорт	20	47,20	0,16	0,20	9,58
Полдник	мучные изделия	5\12	Ватрушка с творогом	65	212,00	8,50	8,10	26,20
	горячий напиток	10\10	Чай с сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10
Итого за день					1427,24	47,13	55,87	196,27