

Утверждаю: Заведующий МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.



МЕНЮ

на 21.05.2026 год

Диетстолы

МДОУ Костинский д/сад

Ярославский
детский сад

с 3-7 лет

День

Четверг

Д/сад

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	3\5	Лапшевник с творогом	150	285,00	12,10	9,80	32,80
	соусы	2\11	Соус сладкий молочный	50	54,85	1,20	2,40	7,50
	горячий напиток	397	Какао с молоком	180	107,00	3,67	3,19	15,80
	бутерброды	2	Батон чайный с сыром	309	104,54	4,68	2,88	16,44
	салат	5\1	Салат из капусты с морковью и раст. маслом	60	63,00	1,00	4,00	7,10
Обед	1 блюдо	11\2	Рассольник домашний со сметаной	250	116,25	2,30	5,60	17,40
	2 блюдо	4\9	Плов из мяса кур	150	368,00	19,10	17,50	34,90
	горячий напиток	9\10	Кисель из сухофруктов	180	103,00	0,90	0,00	28,80
	хлеб ржаной		Хлеб дарница 2 сорт	30	44,00	1,42	0,44	8,94
Полдник	гарнир	220	Омлет с овощами	100	176,25	6,80	15,60	2,70
		12\10	Хлеб йодированный 1 сорт чай с молоком	20 180	47,20 61,00	1,54 1,40	0,19 1,40	9,58 11,20
ИТОГО					1530,09	56,11	63,00	193,16