

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	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	30	108,00	3,29	0,58	24,66
			Повидло	20	24,00			9,00
Обед	салат	12\1	Салат из моркови с изюмом и растит.маслом	60	77,06	0,78	2,98	11,78
	1 блюдо	62	Борщ с мясом	250	160,00	9,90	7,27	13,70
	2 блюдо	8\9	Суфле из мяса кур	80	241,00	15,80	18,20	3,60
	гарнир	43\3	Макаронные изделия отварные	130	160,20	4,60	3,27	28,09
	горячий напиток	372	Компот из свежих фруктов(яблок)	180	87,80	0,14	0,14	21,50
	хлеб ржаной		Хлеб чусовской 2 сорт	30	66,00	1,56	0,66	13,41
Полдник	гарнир	19\3	Рагу из овощей с соусом молочным	150	119,00	3,10	5,30	14,60
		401	Снежок	143	110,11	1,27	3,60	15,73
	хлеб пшеничный		Хлеб крестьянский 1 сорт	20	47,20	1,54	0,19	9,58
	ИТОГО				1410,37	46,98	48,09	201,15