

Утверждено: Заведующий МДОУ "Костинский детский сад"



Пенева М.Н.

Д/сад

МДОУ Костинский д/сад

Диетологи

Отд./корп

Костинский
детский сад

с 1-3 лет

День

среда

Прием пищи	Раздел	№ рел.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	16\4	Суп молочный с овощами	150	81,00	3,00	3,50	10,20
			Гренки	10	23,60	0,08	0,10	4,79
	горячий напиток	10\10	Коф.напиток	150	67,00	2,30	2,20	10,00
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96
			Масло сливочное	3	19,86	0,003	2,17	0,04
Обед	салат	12\1	Салат из белокачанной капусты с луком и растит.маслом	40	51,43	0,52	1,99	7,86
	1 блюдо	62	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	48,00	1,30	0,80	9,10
	2 блюдо	5\9	Котлеты из мяса кур	50	132,00	9,00	7,30	7,60
	гарнир	44\3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100	166,60	5,70	4,60	30,40
	горячий напиток	372	Компот из свежих фруктов	150	73,20	0,12	0,12	17,90
Обед			Хлеб крестьянский йодированный 1 сорт	10	23,60	0,08	0,10	4,79
	хлеб ржаной		Хлеб дарница 2 сорт	30	60,30	2,31	0,42	11,69
	гарнир	21\3	Вареники ленивые	100	235,00	15,70	11,40	17,10
		2\11	Соус молочный сладкий	20	21,94	0,50	0,94	2,97
		401	Чай с молоком	150	61,00	1,40	1,40	11,20
Итого					1112,53	43,47	37,30	156,60