

Утверждаю: Заведующий МДОУ "Костинский детский сад"



Исполнитель М.Н.

Диетологи

Д/сад МДОУ Костинский д/сад

Отд./корп

Костинский детский сад

с 1-3 лет

День

Ведущая

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	3\5	Ланчевник с творогом	150	229,00	9,70	7,80	30,60
	соусы	2\11	Соус сливочный молочный	30	33,00	0,70	1,40	4,50
	горячий напиток	397	Какао с молоком	150	89,00	3,15	2,72	12,90
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96
			сыр	6	14,40	1,100	1,10	0,00
			Салат из капусты с морковью и раст. маслом	45	52,00	0,80	3,30	5,90
Обед	салат	5\1	Рассольник домашний со сметаной	150	74,00	1,40	3,30	10,40
	2 блюдо	4\9	Плов из мяса кур	150	276,00	14,40	13,10	24,70
	горячий напиток	372	Кисель из сухфруктов	150	86,00	0,70	0,00	24,00
	хлеб ржаной		Хлеб дарница 2 сорт	30	44,00	1,42	0,44	8,94
Полдник	гарнир	2\13	Омлет с овощами	80	141,00	5,50	12,60	2,20
			Хлеб йодированный 1 сорт	20	47,20	1,54	0,19	9,58
		401	Чай с молоком	150	46,00	1,10	1,10	8,40
	ИТОГО				1179,60	42,97	47,31	153,08