

Утверждено: Заведующий МДОУ "Костинский детский сад"



Для МДОУ "Костинский детский сад"

Д/сад

МДОУ Костинский д/сад

Диетсто́лы

Отд./корп

Костинский
детский сад

с 3-7 лет

День

Пятница

Прием пищи	Раздел	№ рел.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	1\4	Каша пшенная	200	206,00	6,50	6,00	31,20
	горячий напиток	13\10	Кофейный напиток	200	89,00	3,00	2,90	13,40
	бутерброды	1\13	Батон с маслом сливочным	30\5	82,60	2,43	1,42	48,90
	салаты	21\1	Салат из свежих томатов и маслом растительным	60	73,00	0,77	5,93	4,41
	1 блюдо	7\2	Щи из свежей капусты с крупной и сметаной на м\б	250	144,00	2,02	5,37	9,61
	2 блюдо	16\7	Зразы из рыбы	80	114,00	9,03	4,82	8,59
	гарнир	3\3	Картофельное пюре	150	135,00	3,10	4,20	20,60
	горячий напиток	6\10	Компот из сухофруктов	150	64,80	0,44	0,02	16,44
	хлеб ржаной		Хлеб чусовской 2 сорт	40	60,30	2,31	0,42	11,69
	хлеб пшеничный		Хлеб крестьянский 1 сорт	30	52,50	1,78	0,22	45,00
Поддник	мучные изделия	448	Оладьи со ступенным молоком	70\25	188,00	5,30	3,90	32,40
	горячий напиток	10\10	Чай с сахаром	200	35,00	0,00	0,00	9,10
Итого за день					1244,20	36,68	35,20	230,74