

Утверждено: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"



Диетотолы

Д/сад

МДОУ Костинский д/сад

Отд./корп

Костинский
детский сад

с 1-3 лет

День

вторник

Прием пищи	Раздел	№ рел.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	3\6	Омлет с зеленым горошком	80\5	132,00	5,30	3,70	3,40
	салат	25\1	Салат из отварной свеклы с маслом ра	40	63,00	0,50	3,30	9,00
	горячий напиток	10\10	Чай сахаром	150	26,00			6,80
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96
Обед			Повидло	15	22,00			8,00
	1 блюдо	29\2	Суп-пюре гороховый с гречками	150	96,00	3,90	1,30	13,10
	2 блюдо	11\7	Тефтели рыбные в соусе	80	87,30	6,80	3,60	6,60
	гарнир	3\3	Картофельное пюре	100	90,00	2,10	2,80	14,90
Полдник	горячий напиток	15\10	Компот из шиповника	150	49,00	0,20	0,10	13,60
	Хлеб ржаной		Хлеб чусовской 2 сорт	30	66,00	2,13	0,66	13,41
	гарнир	21\2	Суп молочный с лапшой	100	71,00	2,60	2,70	9,30
	Хлеб пшеничный	40\1	Снежок	150	88,00	4,40	4,80	7,10
ИТОГО				20	47,20	1,54	0,19	9,58
					837,50	30,93	23,41	125,75