Утверждаю
И.о. заведующего МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
С.В. Володченко

День	06.10.2021

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г 1,5-3лет/3-7	Цена 1,5-3лет/3-7лет	Калорийность 1,5-3лет/3-7	Белки 1,5-3л/3-7	Жиры 1,5-3л/3-7	Углеводы 1-3л/3-7
Завтрак	гор.блюдо		Молочная гречневая каша	150/180	15.55/18.62	137/211	4,6/7,6	5,1/8,3	18,1/26,5
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	0.73/0.77	41/49,2	0,1/0,12	0,0/0,0	10,1/12,0
	хлеб		Бутерброд с сыром	20/8/20/10	3.44/3.90	68/82	1,6/2,1	3,5/4,2	7,6/8,9
2 завтрак			Сок	100/100	6.50/6.50	52/52	0,7/0,7	0,0/0,0	12,2/12,2
Обед	Закуска		Салат овощной (огурцы, помидоры)	40/50	6.91/9.11	25/31,3	0,4/0,5	2,0/2,5	1,3/1,6
	1 блюдо		Суп гороховый с мясом	180/200	6.91/9.67	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Котлета рыбная	70/70	35.22/44.66	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
			Картофельное пюре	100/120	7.24/8.64	82/98,4	1,9/12,2	3,0/3,6	11,9/14,3
	Напиток		Компот из с/ф	150/180	2.30/3.20	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	Хлеб бел./черн.		Хлеб пшеничный	50/60	1.50/1.80	97,5/117	4,0/4,8	0,5/0,6	19/22,8
Полдник			Рожки с творогом	130/150	11.32/12.12	237/323	11,6/15,8	11,6/15,8	21,6/29,5
	напиток		Чай с молоком	150/180	4.50/9.12	77/92	1,8/2,8	1,3/1,6	14,5/17,4
	хлеб								
					$102^{10}/128^{16}$				