



Утверждаю
 Директор МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
 С.В. Володченко

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День 15.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
				1,5-3лет/3-7	1,5-3лет/3-7лет	1,5-3лет/3-7	1,5-3л/3-7	1,5-3л/3-7	1-3л/3-7
Завтрак	гор.блюдо		Молочная рисовая я каша	150/180	27.09/30.53	135/205	4,6/7,0	5,1/7,2	17,6/28,0
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	0.60/0.64	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
	хлеб		Бутерброд с маслом	20/5/20/5	2.64/3.14	78/78	1,6/1,6	3,5/3,5	9,9/9,9
2 завтрак			Сок	0/100	0/6.50	0/26	0/0,33	0/0,0	0/6,1
Обед	Закуска		Салат овощной (огурцы, помидоры)	40/50	6.91/9.11	25/30,8	0,4/0,5	2,0/2,5	1,3/1,66
	1 блюдо		Суп гречневый с мясом	180/200	3.48/4.76	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Котлета рыбная	70/70	41.63/41.63	117/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
			Гороховое пюре	100/120	2.59/4.49	153,4/173	39,5/42	3,39/4,6	26,15/28,6
			Кисель	120/180	2.37/3.17	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	напиток		Хлеб пшеничный	50/60	1.40/1.68	97,5/117	4,0/4,8	0,5/0,6	19,0/22,8
	хлеб бел./ черн.								
Полдник			Оладьи	50/70	14.40/15.23	135/179	2,6/13,2	5,1/6,5	19,6/27,0
	напиток		Чай с молоком	150/180	2.16/2.33	77/92,4	1,8/2,8	1,3/1,56	14,5/17,4
	хлеб				105 ²⁹ /123 ²¹				