



Утверждаю
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
Г.Н. Кириллук

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп День 18.10.2021

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		Каша молочная манная	150/180	14.66/17.64	133/183.6	6.4/7.7	7.4/10.0	10.3/15.75
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	0.73/0.76	41/63	0.1/0.1	0.0/0.0	10.1/15.6
	хлеб		Бутерброд с повидлом	10/20 20/20	2.98/4.55	86/124	0.6/0.8	0.2/0.2	20.5/29.8
2 завтрак			Сок	100/100	18 /6.5	52/52	0.7/0.7	0.0/0.0	12.0/12.0
Обед	Закуска		Салат со свежей капустой и кукурузой	40/40	3.31/4.34	48/48	1.1/1.1	3.0/3.0	4.1/4.1
	1 блюдо		Суп гречневый с мясом	180/200	7.48/9.66	98/113	3.9/4.1	4.0/4.2	11.5/14.8
	2 блюдо		Плов с мясом	150/180	13.95 /18.46	192/230.8	6.5/7.8	8.9/10.7	21.4/25.7
Полдник	Напиток		Кисель	150/180	2.1/3.04	47/70	0.0/0.0	0.0/0.0	11.7/17.5
	Хлеб бел./черн.		Хлеб пшеничный	50/60	1.40/1.68	97.5/117	4.0/4.8	0.5/0.6	19/22.8
			Оладья	50/70	12.45/15.11	135/179	2.6/3.2	5.1/6.5	19.6/27.0
	напиток		Какао с молоком	150 /180	12.07/12.2	90/119	4.0/4.8	3.1/4.2	11.5/15.4
	хлеб								
					89.13				
					/93.94				