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

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп

День 21.09.2021

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		Молочная вермишель	150/180	14.75/17.76	114/139	3,8/4,8	5,6/6,8	12,2/14,8
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/200	0.60/0.77	63/63	0,1/0,1	0,0/0,0	15,6/15,6
	хлеб		Бутерброд с маслом	25/5/25/5	2.64/3.14	78/78	1,6/1,6	3,5/3,5	9,9/9,9
2 завтрак			Молоко/Сок	100/100	7.80/6.50	57/26	2,7/0,35	3,2/0,0	4,4/6,1
Обед	Закуска		Салат овощной (огурцы, помидоры)	40/50	6.76/9.11	21/37	1,9/0,6	0,1/3,0	3,1/2,0
	1 блюдо		Свекольник с мясом со сметаной	150/200	10.87/12.99	76/95	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Котлета мясная	60/70	19.78/21.54	101/155	7,6/10	6,1/8,0	4,0/5,9
			Гречка	100/120	3.94/4.84	90/90	3,1/3,1	2,6/2,6	13,5/13,5
	напиток		Кисель	120/180	3,0/3.25	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	97,5/116	4,0/4,8	0,5/0,6	19/22,8
Полдник			Ватрушка с творогом	50/70	9.00/21.05	132/185	3,4/4,8	2,3/3,2	24,5/34,3
	напиток		Чай с молоком	150/180	4.50/9.17	77/85	1,8/1,8	1,3/1,3	14,5/16,5
	хлеб								
					$85^{04}/111^{79}$				