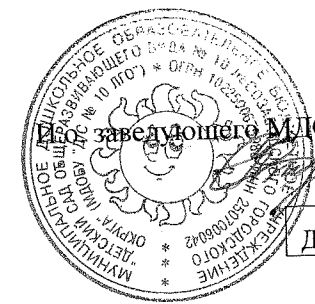


ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп



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

День 22.09.2021

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 пшеничная каша	150/180	14.97/18.01	156/164	5,5/6,5	5,7/6,0	20,3/21,6
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	0.60/0.77	39/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
	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 из моркови и яблок	40/60	0.94/1.13	42/61	0,4/0,5	2,0/3,0	5,6/7,9
	1 блюдо		Бабушкин суп с мясными шариками	150/200	8.43/11.65	98/122	4,4/5,5	3,9/4,9	11,2/14,0
	2 блюдо		Рыбные фрикадельки	50/80	32.24/34.86	114/150	9,9/14,7	5,9/7,3	5,3/7,8
			Пюре картофельное	100/120	7.54/8.94	82/90,4	1,9/2,3	3,0/2,6	11,9/14,3
			Компот из сухофруктов	150/180	1.81/2.17	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	напиток		Хлеб пшенично-ржаной	30/40	0.84/1.12	58,5/78	2,4/3,2	0,3/0,4	11,4/15,2
	хлеб бел./ черн.			80/100 10/40	13.95/14.85 1.68/1.96	86,0/107,5 8,0/32,0	5,7/7,7 0,2/0,9	6,35/7,9 0,1/0,2	1,45/1,8 1,1/4,5
Полдник			Омлет, кукуруза консервированная	150/180	12.91/12.51	100/1253	3,5/4,4	3,4/4,1	14,2/17,5
	напиток		Цикорий на молоке	150/180	0.56/0.70	39/58,5	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	20/20					
					106⁵¹/118³¹				