

ДОУ	МДОБУ Д/С № 10 ЛГО	Отд./корп	День	22.11.2021
-----	--------------------	-----------	------	------------

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 вермишелевая	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	150/180	0.73/0.77	77/92.4	1.8/2.16	1.3/1.56	14.5/17.4
	хлеб		Бугерброд 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			Ясли/ Сок Сад /Сок	100/100	6,5/6,5	52/52	0,7/0,7	0,0/0,0	12,2/12,2
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп рисовый с курицей	180/200	6,43/8,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Котлета мясная	60/70	19/21,54	101/155	7,6/10	6,1/8	4,0/5,9
			Каша гречневая	100/100	3,94/4,83	90/90	3,1/3,1	2,6/2,6	13,5/13,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	1.40/1,68	60/72	0.5/0.6	0.0/0.0	15/18
Полдник	Хлеб бел./черн.		Хлеб пшеничный	50/60	3.0/3.6	97.5/117	4.0/4.8	0.5/0.6	19/22.8
			Маннйй пудинг с кисельной заливкой	130/150	9,71/10,74	141/152	4,5/6,0	4,6/4,9	20,5/20,8
	напиток		Молоко	150/180	11,70/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5/7,9
	хлеб				79,8/93,49				



Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО