



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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День 23.09.2021

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	1,5-3лет/3-7	1,5-3л/3-7	1,5-3л/3-7	1,5-3л/3-7	1,5-3л/3-7	1-3л/3-7			
Завтрак	гор.блюдо		Рожки с творогом	110/150	11.32/12.12	236,97/323,14	11,62/15,84	11,57/15,78	21,60/29,46						
	гор.напиток		Чай с сахаром	180/200	0.62/0.77	66,7/74,1	0,1/0,1	0,0/0,0	16,5/18,3						
	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			Яблоко	130/150	16,90/19,50	69/92	0,7/1,8	0,0/0,0	16,5/21,0						
Обед	Закуска		Салат из овощей (огурцы, помидоры)	40/50	6.76/9.11	25/31,2	0,4/0,5	2,0/2,5	1,3/1,6						
	1 блюдо		Суп гречневый с мясом	150/200	7.48/9.66	98/113	3,9/4,1	4,0/4,92	11,5/14,8						
			2 блюдо	Азу с мясом	150/150	24.52/27.12	202/202	9,0/9,0	10,6/10,6	17,6/17,6					
			Компот из сухофруктов	150/180	2.17/3.20	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0						
	напиток		Хлеб пшеничный	50/60	1.40/1.68	97,5/116	4,0/4,8	0,5/0,6	19/22,8						
	хлеб бел./ черн.														
Полдник			Кулебяка с рыбой	70/100	8.69/12.07	139/219	6,5/10,5	2,8/4,1	21,9/35,0						
	напиток		Сок	130/150	8.45/9.75	33/38	0,4/0,5	0,0/0,0	7,9/9,2						
	хлеб														
					90 ⁹⁵ /108 ¹²										