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

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп

День	24.09.2021

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 гречневая каша	150/180	15.53/18.62	137/211	4,6/7,6	5,1/8,3	18,1/26,5
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	0.60/0.77	49/63	0,1/0,1	0,0/0,0	12,1/15,6
	хлеб		Бутерброд с маслом	25/5/25/5	2.64/3.14	63/63	1,6/1,6	3,5/3,5	0,3/0,3
2 завтрак									
Обед	Закуска		Салат из овощей (огурцы, помидоры)	40/50	6.91/9.11	25/31,2	0,4/0,5	2,0/2,5	1,3/1,6
	1 блюдо		Щи морские с мясом, яйцом, сметаной	150/200	11.05/15.20	123/162	4,2/4,7	5,1/6,1	15,0/22,0
	2 блюдо		Тефтели мясные	60/70	17.08/17.08	124,5/145,3	6,2/7,3	6,1/7,2	11,0/12,9
			Рожки с маслом	100/120	2,59/3,31	139,5/167,4	3,6/4,3	3,1/3,7	23,8/28,5
	напиток		Кисель	150/180	2.10/3.04	58,3/70	0,0/0,0	0,0/0,0	14,6/17,5
	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			Печенье песочное	50/50	6.43/6.49	141/141	2,4/2,4	4,1/4,1	23,5/23,5
	напиток		Сок	150/180	9.75/11.70	39/46	0,6/0,6	0,0/0,0	9,2/11,0
	хлеб								
			Яблоко	50/100	6.50/13.00	19/53	0,3/0,6	0,0/0,0	6,9/12,7
					$82^{58}/103^{14}$				