

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

День 29.11.2021

| 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 пшеничная | 150/180 | 14,97/18,01 | 136/183 | 4,8/7,3 | 5,2/6,4 | 17,6/24,0 |
| | 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 | | Бутерброд с сыром | 25/8 25/10 | 3.44/3.9 | 68 /82 | 1.6/2.1 | 3.5/4,2 | 7.6/8.9 |
| 2 завтрак | | | Ясли/Сок Сад /Сок | 100/100 | 6,5/6,5 | 45/45 | 0,3/0,3 | 0,0/0,0 | 11/11 |
| Обед | Закуска | | Салат из квашеной капусты | 40/40 | 4,4/4,4 | 48/48 | 1,1/1,1 | 3,0/3,0 | 4,1/4,1 |
| | 1 блюдо | | Суп гречневый с курицей | 180/200 | 7,48/9,66 | 98/113 | 3,9/4,1 | 4,0/4,2 | 11,5/14,8 |
| | 2 блюдо | | Плов мясной | 150/180 | 13,95/18,46 | 192/230,8 | 6,57/7,8 | 8,9/10,7 | 21,4/25,7 |
| Полдник | Напиток | | Компот из сухофруктов | 150/180 | 2,1/3,04 | 47/7 | 0,0/0,60 | 0,0/0,0 | 11,7/17,5 |
| | 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 |
| | | | Запеканка творожная со стученным молоком | 100/120 | 43,45/52,53 | 137/181 | 5,9/7,3 | 8,2/11,5 | 10,0/12,0 |
| | напиток | | Кофейный напиток с молоком | 150/180 | 12,64/14,98 | 100/125 | 3,5/4,4 | 3,4/4,1 | 14,2/17,5 |
| | хлеб | | | | | 112,66/135,85 | | | |



Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

И.А. Кириллук