

ДОУ

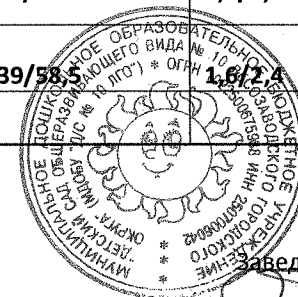
МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

14.12.2021

| Прием пищи | Раздел             | № рец. | Блюдо                   | Выход, г<br>1,5-3лет/3-7 | Цена<br>1,5-3лет/3-7лет | Калорийность<br>1,5-3лет/3-7 | Белки<br>1,5-3л/3-7 | Жиры<br>1,5-3л/3-7 | Углеводы<br>1-3л/3-7 |
|------------|--------------------|--------|-------------------------|--------------------------|-------------------------|------------------------------|---------------------|--------------------|----------------------|
| Завтрак    | гор.блюдо          |        | Каша молочная манная    | 150/180                  | 14,66/17,64             | 133/183,6                    | 6,4/7,7             | 7,4/10,0           | 10,3/15,75           |
|            | 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               |        | Батон с маслом          | 25/8 25/10               | 2,64/3,14               | 78 /78                       | 1,6/1,6             | 3,5/3,5            | 9,9/9,9              |
|            |                    |        |                         |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
| 2 завтрак  |                    |        | Ясли/Снежок Сад /Снежок | 100/100                  | 9,3/9,3                 | 75/75                        | 4,4/4,4             | 4,0/4,0            | 6,0/6,0              |
| Обед       | Закуска            |        | Салат из свежей капусты | 40/40                    | 3,31/4,34               | 48/48                        | 3,0/3,0             | 3,0/3,0            | 4,1/4,1              |
|            | 1 блюдо            |        | Суп гречневый с мясом   | 180/200                  | 7,48/9,66               | 98/113                       | 3,9/4,1             | 4,0/4,2            | 11,5/14,8            |
|            | 2 блюдо            |        | Котлета мясная          | 60/70                    | 19/21,54                | 101/155                      | 7,6/10              | 6,1/8              | 4,0/5,9              |
|            |                    |        | Рожки с маслом          | 100/120                  | 2,6/3,2                 | 139,5/167,4                  | 3,6/4,3             | 3,1/3,7            | 23,8/28,5            |
|            | Напиток            |        | Компот из сухофруктов   | 150/180                  | 2,4/2,8                 | 60/72                        | 0,5/0,60            | 0,0/0,0            | 15,0/18,0            |
|            | Хлеб<br>бел./чёрн. |        | Хлеб пшеничный          | 50/60                    | 3,0/3,6                 | 97,5/117                     | 4,0/4,8             | 0,5/0,6            | 19/22,8              |
| Полдник    |                    |        | Зелёный горошек         | 30/30                    | 9,28/9,28               | 21/21                        | 1,9/1,9             | 0,1/0,1            | 3,1/3,1              |
|            |                    |        | Омлет                   | 80/100                   | 16,14/17,61             | 86/107,5                     | 5,7/7,1             | 6,35/7,9           | 1,4/1,8              |
|            | напиток            |        | Чай с сахаром           | 150/180                  | 0,6/0,77                | 49/63                        | 0,1/0,1             | 0,0/0,0            | 12,5/15,6            |
|            | хлеб               |        | Хлеб пшеничный          | 20/25                    | 1,4/1,68                | 39/58,5                      | 1,6/2,4             | 0,2/0,3            | 7,6/11,4             |
|            |                    |        |                         |                          | 92,54/105,33            |                              |                     |                    |                      |



Утверждаю  
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кириллук