

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

23.12.2021

| 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          |        | Рожки с творогом      | 110/150                  | 11,32/12,12             | 236,97/323,14                | 11,62/15,84         | 11,57/15,78        | 21,6/29,46           |
|            | 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        | 25/4 25/5                | 2,64/3,14               | 78 /78                       | 1,6/1,6             | 3,5/3,5            | 9,9 /9,9             |
|            |                    |        |                       |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
| 2 завтрак  |                    |        | Ясли/Банан Сад /Банан | 130/150                  | 15,6/18                 | 69/92                        | 0,7/1,8             | 0,0/0,1            | 16,5/21,0            |
| Обед       | Закуска            |        | Огурец солёный        | 40/40                    | 4,2/4,2                 | 8,9/8,9                      | 0,5/0,5             | 0,1/0,1            | 1,5/1,5              |
|            | 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            |        | Суфле печёночное      | 60/70                    | 11,95/12,2              | 191/223,6                    | 11,67/13,62         | 11,4/13,28         | 10,5/12,26           |
|            |                    |        | Пшённая каша с маслом | 100/120                  | 3,64/4,36               | 135,8/162,9                  | 4,6/5,5             | 3,39/4,7           | 20,6/24,7            |
|            | Напиток            |        | Кисель                | 150/180                  | 2,1/3,04                | 60/72                        | 0,5/0,6             | 0,0/0,0            | 15,0/18,0            |
|            | Хлеб<br>бел./чёрн. |        | Хлеб пшеничный        | 50/60                    | 3,0/3,6                 | 47/70                        | 0,0/0,60            | 0,5/0,6            | 19/22,8              |
| Полдник    |                    |        | Омлет                 | 80/100                   | 40,55/42,08             | 86/107,5                     | 5,7/7,1             | 6,35/7,9           | 1,45/1,8             |
|            |                    |        | Кукуруза              | 40/40                    | 4,45/4,45               | 21/21                        | 1,9/1,9             | 0,1/0,1            | 3,1/3,1              |
|            | напиток            |        | Чай с сахаром         | 150/180                  | 12,64/14,98             | 100/125                      | 3,5/4,4             | 3,4/4,1            | 14,2/17,5            |
|            | хлеб               |        | Хлеб пшеничный        | 20/25                    | 1,4/1,68                | 39/58,5                      | 1,6/2,4             | 0,2/0,3            | 7,6/11,4             |
|            |                    |        |                       |                          | 121,7/134,28            |                              |                     |                    |                      |

Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Утверждаю

Т.Н. Кириллук

