

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

13.01.2022

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 пшенная	150/180	16,76/20,24	174/195	6,2/7,5	6,8/7,9	22,3/23,6
	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
			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/Сок Сад /Сок	100/100	6,5/6,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Салат овощной	60/60	6,76/9,11	48/48	0,8/0,8	3,0/3,0	4,3/4,3
	1 блюдо		Суп гороховый с мясом	180/200	6,91/9,67	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
			Гуляш из печени	60/70	10,54/14,80	80/132	65/108	68/113	31/52
			Каша гречневая	100/100	3,94/4,83	90/90	3,1/3,1	2,6/2,6	13,5/13,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	1,40/1,68	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	3,0/3,6	47/70	0,0/0,60	0,5/0,6	19/22,8
Полдник			Расстегаи с рыбой	70/100	8,69/12,07	139/219	6,5/10,5	2,8/4,1	21,9/35,0
	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				68,47/87,18				

Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кириллов

