

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

14.01.2022

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 гречневая	150/180	15,53/18,62	137/183,6	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	25/4 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								
	1 блюдо		Суп с фрикадельками	150/200	9,97/11,14	76,5/102	3,0/4,0	2,7/3,6	10,7/13,5
	2 блюдо		Ленивые голубцы	150/180	10,36/13,86	179/247	10,5/14,5	11,6/16,0	8,2/11,2
	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			Зелёный горошек	40/40	9,28/9,28	21/21	1,9/1,9	0,1/0,1	3,1/3,1
			Омлет	80/100	40,55/42,08	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
	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
					101,96/113,12				

Утверждаю
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н.Жирилюк

