

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

18.01.2022

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 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		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/молоко Сад/йогурт	100/100	7,8/10,8	72/75	3,4/4,4	3,2/4,0	4,4/6,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/200	11,58/13,36	76/95	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Тефтели мясные	60/60	17,09/17,09	114,3/114,2	5,7/5,7	5,6/5,6	10,13/10,13
			Каша гречневая с маслом	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			Запеканка творожная со сгущённым молоком	110/150	45,45/52,53	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10/12
	напиток		Кофейный напиток на молоке	150/180	12,64/14,98	100/125	3,5/4,4	3,4 /4,1	14,2/17,5
	хлеб								
					121,24/140,79				

Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Утверждаю

Д.Н. Кирилук

