

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

19.01.2022

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	1,9/6,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп рисовый с мясом	150/200	6,43/8,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Рыба в кляре	70/70	32,24/34,86	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
			Картофельное пюре	100/120	7,24/8,64	90/90	3,1/3,1	2,6/2,6	13,5/13,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	1,40/1,68	82/98,4	1,9/2,2	3,0/3,6	11,9/14,3
	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			Манный пудинг кисельной заливкой	130/150	9,71/10,74	141/152	4,5/6,0	4,6/4,9	19,0/22,8
	напиток		Чай с сахаром	150/180	0,6/0,7	49/63	0,1/0,1	0,0 /0,0	12,5/15,6
	хлеб				81,42/98,14				

Утверждаю
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кириллук