

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

20.01.2022

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 рисовая	150/180	15,15/18,2	135/205	4,6/7,0	5,1/7,2	17,6/28,0
	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			Сок	100/100	1,9/6,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Капуста тушенная	40/40	3,31/4,34	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	4,1/4,1
	1 блюдо		Суп гречневый с мясом	150/200	6,43/8,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Вареники с картошкой	150/180	14,78/20,53	191/223,6	11,67/13,62	11,4/13,28	10,5/12,26
	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			Омлет	80/100	40,55/42,08	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
			Икра кабачковая	30/30	5,27/5,84	44,4/44,4	0,51/0,51	3,99/3,99	1,53/1,53
	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		Хлеб пшеничный	20/25	1,4/1,68	39/58,5	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
					97,16/117,95				

Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Утверждаю

Т.Н. Кириллюк

