

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

21.01.2022

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 манная	150/180	14,66/17,64	133/183,6	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/яблоки Сад/яблоки	130/150	8,45/19,50	95/128	4,8/6,2	0,0/0,1	16,5/21,0
Обед	Закуска		Капуста свежая с морковкой	40/40	5,88/5,88	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Свекольник со сметаной	150/200	6,43/8,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Плов с мясом	110/150	13,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
	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
	Рожки с творогом			80/120	11,32/12,12	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
Полдник	напиток		Молоко	150/180	11,70/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0 /4,0	5,5/7,9
	хлеб				80,16/105,72				

Утверждаю
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кирилук

