

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

28.01.2022

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/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		Салат овощной	40/50	6,91/9,11	18,5/25	0,3/0,4	1,5/2,0	1,0/1,3
	1 блюдо		Суп гречневый с мясом	150/200	7,48/9,66	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Плов мясной	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	2,4/2,8	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	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
			Зелёный горошек	40/40	9,28/9,28	21/21	1,9/1,9	0,1/0,1	3,1/3,1
	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	39/58,8	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
					110,41/125,86				

Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Утверждаю

Т.Н. Кирилюк

