

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

31.01.2022

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 пшённая	150/180	16,76/20,24	174/195	6,2/7,5	6,8/7,9	22,3/23,6
	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								
	1 блюдо		Суп вермишелевый с мясом	150/200	6,43/8,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Гуляш мясной	110/150	13,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
			Каша гречневая	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	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			Запеканка творожная со сгущённым молоком	80/100	45,45/52,53	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10/12
	напиток		Цикорий на молоке	150/180	11,7/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0 /4,0	5,5/7,9
	хлеб				113,5/135,8				

Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Утверждаю

Т.Н. Кирилук

