

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

07.01.2022

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 сыром	25/8 25/10	5,64/6,57	68 /82	1,6/2,1	3,5/4,2	7,6 /8,9
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 рыбный	180/200	5,73/7,37	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	150/180	2,4/2,8	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	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	80/120	11,32/12,12	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9
			Икра овощная	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	0,6/0,77	49/63	0,1/0,1	0,0/0,0	12,5/15,6
хлеб			Хлеб пшеничный	20/25	1,4/1,68	39/58,5	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
					73,30/86,72				

Утверждаю
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кириллюк

