

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

28.02.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Молочная каша манная	150/180	1,5-3лет/3-7 лет 14,66/17,64	1,5-3лет/3-7 133/183,6	1,5-3л/3-7 6,4/7,7	1,5-3л/3-7 7,4/10,0	1-3л/3-7 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 сыром	25/8 25/10	3,92/4,9	68 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	7,6 /8,9
2 завтрак			Сок	100/100	6,5/6,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Огурец солёный	30/30	4,5/4,5	8,9/8,9	0,5/0,5	0,1/0,1	1,5/1,5
	1 блюдо		Суп рыбный сайровый	150/200	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	120/180	1,40/1,68	8298,4	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	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
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	0,0/0,0	3,1/3,1
	Напиток		Чай с сахаром	150/180	4,62/6,22	77/85	1,8/1,8	1,3/1,3	14,5/16,9
	хлеб				108,84/123				

Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Утверждаю

Т.Н. Кириллук

