

Утверждаю
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
Т.Н. Кириллюк

День 21.03.2022

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

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 геркулесовая	150/180	15,19/20,62	133/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	77/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	14,5/17,4
	хлеб		Батон с сыром	25/4 25/5	5,03/6,11	68 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	7,6/8,9
2 завтрак			Сок	100/100	7,50/7,50	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Салат овощной	40/40	8,91/9,28	18,5/25	0,3/0,4	1,5/2,0	1,0/1,3
	1 блюдо		Суп рыбный сайровый	150/200	6,73/8,37	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Котлета мясная	65/70	20,0/22,54	103/103	8,0/8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
			Гречка с маслом	100/110	4,64/5,58	90/90	3,1/3,1	2,6/2,6	13,5/13,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	3,03/4,03	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	1,60/1,92	47/70	0.0/0,0	0.0/0.0	11,7/17,5
Полдник			Пирожки с повидлом	50/50	12,45/15,11	135/135	2,6/2,6	5,1/5,1	19,6/19,6
	напиток		Молоко	150/180	11,70/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5/7,9
	хлеб				100,51/119,28				