

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

22.03.2022

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	15,71/18,59	137/183,6	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 маслом	25/4 25/5	3,39/4,06	78 /78	1,6/1,6	3,5/3,5	9,9/9,9
2 завтрак			Ясли/яблоко Сад/яблоко	130/150	30,55/35,25	69/92	0,7/1,8	0,0/0,1	16,5/21,0
Обед	Закуска		Огурец солёный	40/40	6,0/6,0	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	180/200	11,58/13,36	76/95	1,8/2,3	2,5 /3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Котлета рыбная	60/70	35,22/44,66	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
			Рожки с маслом	100/110	4,09/4,15	139,5/153,4	3,6/3,95	3,1/3,39	23,8/26,15
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	3,03/4,03	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15/18
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	1,6/1,92	47/70	0,0/0,60	0,5/0,6	19/22,8
Полдник			Ватрушка царская	80/100	34,33/50,88	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10/12
	напиток		Цикорий на молоке	150/180	11,7/14,04	77/86	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5/7,9
	хлеб				160,93/201,12				

Утверждаю
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кирилук