

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

28.03.2022

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		Молочная каша манная	150/180	15,66/17,64	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 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/Сок Сад/Сок	130/150	7,5/7,5	69/92	0,7/1,8	0,0/0,1	16,5/21,0
Обед	Закуска								
	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		Плов мясной	110/150	14,95/19,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
	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			Омлет	80/100	41,55/43,08	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
			Икра овощная	30/30	6,27/6,84	44,4/44,4	0,51/0,51	3,99/3,99	1,53/1,53
	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		Хлеб пшеничный	20/25	0,66/0,82	39/58,8	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
					108,80/122,08				

Утверждаю
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кирилюк