

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

30.03.2022

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 гречневая	150/180	16,53/19,62	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 сыром	25/8 25/10	4,33/5,41	68 /82	1,6/2,1	3,5/4,2	7,6/8,9
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		Салат из свежей капусты	40/40	6,88/6,88	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Суп с фрикадельками вермишелевый	150/200	10,97/11,14	76,5/102	3,0/4,0	2,7 /3,6	10,7/13,5
	2 блюдо		Котлета рыбная	70/70	36,22/45,66	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
			Рис с маслом	100/130	4,88/6,01	166,6/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
	Напиток		Кисель	150/180	3,1/4,04	47/70	0,0/0,60	0,0/0,0	11,7/17,5
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	1,65/1,98	97,5/117	4,0/4,8	0,5/0,6	19/22,8
			Пирожки со сгущёнкой	50/50	8,17/9,26	126/126	2,7/2,7	2,4/2,4	23,4/23,4
Полдник									
	напиток		Цикорий на молоке	150/180	13,73/14,18	100/125	3,5/4,4	3,4/4,1	14,2/17,5
	хлеб								
					117,69/135,86				

Утверждаю
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кирилук