

ДОУ	МДОБУ Д/С № 10 ЛГО	Отд./корп		День	13.04.2022
-----	--------------------	-----------	--	------	------------

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 геркулесовая	150/180	17,36/21,09	114/139	3,8/4,8	5,6/6,8	12,2/14,8
	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	20/4 20/5	5,03/6,11	68/82	1,6/2,1	3,5/4,2	7,6/8,9
2 завтрак			Ясли/Бананы Сад/Бананы	130/150	10,23/10,23	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Салат из свежей капусты с морковью	40/40	5,88/5,88	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Рассольник с мясом со сметаной	180/200	15,8/17,3	110/136	5,0/5,9	4,2/5,2	13,0/16,3
	2 блюдо		Котлеты рыбные	60/70	35,22/44,66	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
Напиток			Картофельное пюре	100/120	8,24/8,64	82/98,4	1,9/2,2	3,0/3,6	11,9/14,3
			Компот из сухофруктов	120/180	2,4/2,8	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
Полдник			Омлет	80/100	41,55/43,08	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
			Икра кабачковая	30/30	6,27/6,27	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
					<b>157,75/177,22</b>				



Утверждаю

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кирилюк