

ДОУ

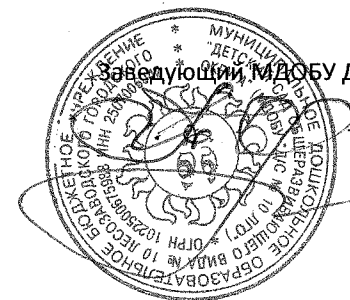
МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

04.05.2022

| Прием пищи | Раздел             | № рец. | Блюдо                      | Выход, г<br>1,5-3лет/3-7 | Цена<br>1,5-3лет/3-7лет | Калорийность<br>1,5-3лет/3-7 | Белки<br>1,5-3л/3-7 | Жиры<br>1,5-3л/3-7 | Углеводы<br>1-3л/3-7 |
|------------|--------------------|--------|----------------------------|--------------------------|-------------------------|------------------------------|---------------------|--------------------|----------------------|
| Завтрак    | гор.блюдо          |        | Молочная каша геркулесовая | 150/180                  | 17,37/21,09             | 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                | 2,64/3,14               | 78 /78                       | 1.6/1,6             | 3.5/3,5            | 9,9/9,9              |
| 2 завтрак  |                    |        | Ясли/Сок Сад/Сок           | 100/100                  | 7,5/7,5                 | 75/75                        | 4,4/4,4             | 4,0/4,0            | 6,0/6,0              |
| Обед       | Закуска            |        |                            |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
|            | 1 блюдо            |        | Суп рыбный сайровый        | 150/200                  | 11,05/15,2              | 123/162                      | 4,2/4,7             | 5,1/6,1            | 15,0/22,0            |
|            | 2 блюдо            |        | Плов мясной                | 110/150                  | 13,95/18,46             | 192/230,8                    | 6,5/7,8             | 8,9/10,7           | 21,4/25,7            |
|            | Напиток            |        | Компот из сухофруктов      | 120/180                  | 2,4/2,8                 | 47/70                        | 0,0/0,60            | 0,0/0,0            | 11,7/17,5            |
|            | Хлеб<br>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    |                    |        | Вермишелевая запеканка     | 80/120                   | 11,32/12,12             | 171/258                      | 8,5/12,6            | 8,4/15,9           | 15,7/23,6            |
|            | 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               |        |                            |                          | 75,34/90,65             |                              |                     |                    |                      |



Утверждаю  
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кирилук