



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

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 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	0,73/0,77	77/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	14,5/17,4
	хлеб		Батон с маслом	25/4 25/5	5,03/6,11	68 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	7,6/8,9
2 завтрак			Сок	100/100	7,5/7,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Салат со свежей капустой и морковью	40/50	6,91/9,11	18,5/25	0,3/0,4	1,5/2,0	1,0/1,3
	1 блюдо		Борщ с мясом	150/200	8,48/10,66	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Печёночные оладьи	150/180	10,36/13,86	179/247	10,5/14,5	11,6/16,0	8,2/11,2
			Рис с маслом	100/130	3,88/5,01	166,6/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,01/42,3
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	2,40/2,68	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	1,60/1,92	47/70	0.0/0,0	0.0/0.0	11,7/17,5
Полдник			Рожки с творогом	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	0,73/0,77	77/92,4	1,8/2,16	1,3/2,16	14,5/17,4
	хлеб				76,31/91,6				