



Утверждаю  
Заведующий ИД ОБУ Д/С № 10 ЛГО  
Т.Н. Кириллук

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

24.05.2022

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		Каша молочная гекулесовая	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			Яблоко	60/80	8,7/11,6	95/128	4,8/6,2	0,0/0,0	16,5/21,0
Обед	Закуска		Салат овощной	40/50	5,88/6,56	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	180/200	11,58/13,36	76/95	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Гречка с маслом	100/120	15,8/18,84	90/120	3,1/3,8	2,6/3,5	13,5/15,3
			Котлета мясная	65/70	19, //21,54	103/110	8,0/8,9	6,2/6,8	3,8/4,3
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	0,99/1,32	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	1,65/1,98	97,5/117	4,0/4,8	0.5/0.6	19,0/22,8
			Ватрушка царская	80/100	34,33/50,88	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10/12
Полдник									
	напиток		Кофейный напиток на молоке	150/180	11,70/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,2	5,5/7,9
	хлеб				132.76/168.09				