



Утверждаю
 Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
 Т.Н. Кириллюк

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп День 27.05.2022

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		Омлет	80/120	13,5/14,3	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
			Огурец солёный	40/40	6,0/6,0	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	хлеб		Батон с сыром и масло	25/8/4 25/10/5	7,04/8,8	68 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	7,6/8,9
	гор.напиток		Чай сахаром	150/180	11,7/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,6	5,5/7,9
2 завтрак			Ясли/сок сад/сок	100/100	8,4/8,4	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Винегрет с маслом	40/50	8,91/9,28	18,5/25	0,3/0,4	1,5/2,0	1,0/1,3
	1 блюдо		Суп рыбный сайровый	180/200	6,73/8,37	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Тефтели мясные	60/60	20,22/21,66	114/114,2	5,7/5,7	5,6/5,6	10,13/10,13
			Рожки с маслом	100/120	3,75/4,58	139/164,4	3,6/4,3	3,1/3,7	28,5/28,5
	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
Полдник			Пирожки со сгущённым молоком	50/50	8,17/9,26	126/126	2,7/2,7	2,4/2,4	23,4/23,4
	напиток		Молоко	150/180	11,70/14,04	72/86	3,4/4,9	3,8/4,0	5,5/7,9
	хлеб								
					108,76/122,39				