

Утверждаю

Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кириллук



ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

1.06.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г		Цена		Калорийность		Жиры	Углеводы	
				1,5-3лет/3-7	3-7лет/7-14	1,5-3лет/3-7лет	3-7лет/7-14лет	1,5-3лет/3-7	3-7лет/7-14			
Завтрак	гор.блюдо		Каша гречневая молочная	150/180		15,53/18,62		137/183,6		6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	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
	гор.напиток		Чай сахаром	150/180		0,73/0,77		41/63		0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/17,4
2 завтрак			Ясли/сок сад/сок	100/100		8,8/8,8		75/75		4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Огурец солёный	40/40		6,0/6,0		48/48		3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Борщ со сметаной	180/200		11,58/13,36		76/95		1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Рожки с маслом /ясли	100		3,64		139		3,6	3,1	23,8
			Гороховое пюре /сад	120		7,1		173		4,2	4,6	28,6
	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			Икра овощная	30/30		6,27/6,84		44,4/44,4		0,51/0,51	3,99/3,99	1,53/1,53
			Омлет	80/100		40,55/42,08		171/258		8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
	напиток		Чай с молоком	150/180		4,62/6,22		77/85		1,8/2,3	1,3/1,6	14,5/16,9
	хлеб		Хлеб	20/25		1,32/1,65		39/58,5		1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
						106,71/120,85						