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

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО | Отд./корп | | День 03.06.2022

| 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 | Углевод 1-3л/3- |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | | **Каша геркулесовая молочная** | **150/180** | **17,37/21,09** | **135/205** | **4,6/7,0** | **5,1/7,2** | **17,6/28,0** |
| | гор.напиток | | **Чай сахаром** | **150/180** | **0,73/0,77** | **41/63** | **0,1/0,1** | **0,0/0,0** | **14,5/17,4** |
| | хлеб | | **Батон с маслом и сыром** | **25/4 /10 25/5/10** | **9,24/9,24** | **78 /82** | **1.6/2,1** | **3,5/4,2** | **7,6/8,9** |
| | | | | | | | | | |
| 2 завтрак | | | **Ясли/йогурт сад/йогурт** | **100/100** | **12,6/12,6** | **75/75** | **4,4/4,4** | **4,0/4,0** | **6,0/6,0** |
| Обед | Закуска | | **Свекла отварная** | **40/40** | **2,8/2,8** | **48/48** | **1,1/1,1** | **3,0/3,0** | **4,1/4,1** |
| | 1 блюдо | | **Рассольник с мясом и сметаной** | **180/200** | **15,8/17,3** | **136/185** | **7,2/9,3** | **5,1/6,9** | **15,3/21,3** |
| | 2 блюдо | | **Тефтеля мясная** | **60/60** | **17,09/17,09** | **114,2/114,2** | **5,7/5,7** | **5,6/5,6** | **10,13/10,1** |
| | | | **Гречка с маслом** | **100/120** | **6,57/7,86** | **91/123,6** | **3,1/3,6** | **2,6/3,2** | **13,5/14,2** |
| | 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 | | | **Запеканка творожная со сгущённым молоком** | **80/100** | **45,45/52,53** | **137/181** | **5,9/7,3** | **8,2/11,5** | **10/12** |
| | | | **Яблоко** | **130/150** | **18,85/21,75** | **95/128** | **4,8/ 6,2** | **0,0/ 0,0** | **16,5/ 21,0** |
| | напиток | | **Кофейный напиток на молоке** | **150/180** | **11,7/14,04** | **72/86** | **3,4/4,9** | **4,0/4,0** | **5,5/7,9** |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | **160,84/180,37** | | | | |