



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

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп День 10.06.2022

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	15,19/20,62	133/186,5	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	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	25/4 25/5	2,64/3,14	78 /82	1.6/2,1	3,5/4,2	7,6/8,9
2 завтрак			Ясли/банан сад/банан	130/150	22,75/26,25	69/92	0,7/1,8	0,0/0,1	16,5/21,0
Обед	Закуска		Салат Винегрет	40/50	8,91/9,28	18,5/25	0,3/0,4	1,5/2,0	1,0/1,3
	1 блюдо		Щи из морской капусты со сметаной и яйцом	180/200	11,05/15,52	123/162	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Тефтеля мясная	60/70	17,9/18,9	114/116,5	5,7/6,3	5,6/6,8	10,13/11,2
			Макаронные изделия с маслом	100/120	2,6/3,2	139,5/164,4	3,6/4,3	3,2/3,7	23,8/28,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	1,4/1,68	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			Оладьи с повидлом	50/70	12,45/15,11	77,0/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	19,6/27,0
	напиток		Чай сахаром	150/180	0,73/0,77	78/82	1,6/2,1	3,5/4,2	7,6/8,9
	хлеб				98,0/117,22				