



Утверждаю

Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кириллук

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

20.06.2022

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 гречневая с молоком	150/180	15,53/18,62	137/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	гор.напиток		Чай с 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	4,48/5,08	78 /82	1.6/2,1	3,5/4,2	7,6/8,9
2 завтрак			Ясли/яблоко сад/яблоко	100/100	8,8/8,8	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Салат из овощей	40/40	4,45/4,45	48/48	1,1/1,1	3,0/3,0	4,1/4,1
	1 блюдо		Суп рыбный сайровый	180/200	8,75/10,9	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Печёночные оладьи	50/70	12,95/13,2	191/223,6	11,67/13,62	11,4/13,28	10,5/12,26
			Рис с маслом	100/120	3,88/5,01	166/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
	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			Маннй пудинг с кисельной заливкой	50/60	9,71/10,74	141/152	4,5/6,0	4,6/4,9	20,5/20,8
	напиток		Молоко	150/180	11,7/14,04	77/86	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5/7,9
	хлеб				84,03/95,27				