



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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

22.06.2022

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		Запеканка творожная со сгущенным молоком	80/100	45,45/52,53	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10,0/12,0
	гор.напиток		Какао на молоке	150/180	12,07/12,2	90/119	4,0/4,8	3,1/4,2	11,5/15,4
	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/Банан сад/Банан	130/150	22,75/26,25	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Щи из морской капусты с мясом и сметаной	180/200	11,05/15,52	123/162	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Гороховое пюре	100/120	5,8/7,1	153,4/173	3,95/4,2	3,39/4,6	26,15/28,6
			Колета рыбная	70/70	44,66/44,66	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
	Напиток		Кисель	150/180	2,99/3,32	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	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
	фрукты								
Полдник			Пирожки с капустой	60/70	19,84/25,45	106/161	3,2/4,5	2,6/3,8	17,5/27,0
	напиток		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,77	49/63	0,1/0,1	0,0/0,0	12,5/15,6
	хлеб								
					171,47/194,86				