



ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

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	Углеводы 1-3л/3-7
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная геркулесовая	150/180	15,19/20,62	133/186,5	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,76	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
	хлеб		Батон с маслом	4/20 5/20	2,64/3,14	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	7,6/8,9
2 завтрак			Йогурт	100/100	12,6/12,6	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Салат из свежей капусты	40/40	5,88/5,88	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	180/200	15,8/17,3	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Тефтели мясные	60/60	17,09/17,09	114,2/114,2	5,7/5,7	5,6/5,6	10,13/10,13
			Рожки 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	120/180	2,40/2,68	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	1,60/1,92	47/70	0.0/0,0	0.0/0.0	11,7/17,5
Полдник			Омлет	80/100	41,55/43,08	171/258	8,4/15,9	8,4/15,9	15,7/23,6
			Икра овощная	30/30	6,27/6,27	18,5/25	0,3/0,4	1,5/2,0	1,0/1,3
	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		Хлеб пшеничный	20/25	0,66/0,82	47/70	0.0/0,0	0.0/0.0	11,7/17,5
					137,08/147,56				