


 Утверждаю
 Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
 Т.Н. Кириллюк
 День 07.07.2022

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 пшённая	150/180	16,76/20,24	174/195	6,2/7,5	6,8/7,5	22,3/23,6
	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			Сок	100/100	8,8/8,8	45/45	0,3/0,3	0,0/0,0	11/11
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп с мясом гречневый	150/200	7,48/9,66	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Солянка с мясом	60/70	11,95/12,2	191/223,6	11,67/13,62	11,4/13,28	10,5/12,26
			Рис с маслом	100/130	4,94/5,83	166,6/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	2,62/3,54	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			Хворост	50/50	6,52/7,65	135/135	2,6/2,6	5,1/5,1	18,6/19,6
	напиток		Молоко	150/180	11,7/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5/7,9
	хлеб								
					75,74/87,78				