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

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./ корп

День 11.07.2022

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	Углеводы 1-3л/3-7
Завтрак	гор.блюдо		**Каша молочная рисовая**	**150/180**	**15,15/18,2**	**135/205**	**4,6/7,0**	**5,1/7,2**	**17,6/28,0**
	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**	**8,5/8,5**	**45/45**	**0,3/0,3**	**0,0/0,0**	**11/11**
Обед	Закуска		**Салат из морской капусты**	**40/40**	**1,6/1,6**	**20,24/20,24**	**40/40**	**0,4/0,4**	**0,7/0,7**
	1 блюдо		**Суп гороховый с мясом**	**150/200**	**6,91/9,67**	**136/185**	**7,2/9,3**	**5,1/6,9**	**15,3/21,3**
	2 блюдо		**Котлета мясная**	**60/70**	**36,22/45,66**	**112/147**	**11,2/14,5**	**6,2/6,8**	**2,8/3,4**
			Гречка с маслом	**100/100**	**3,94/4,83**	**90/90**	**3,1/3,1**	**2,6/2,6**	**13,5/13,5**
	Напиток		**Кисель**	**150/180**	**3,1/4,04**	**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**
Полдник	-		**Манный 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								
					101,85/123,16				