



Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кирилук

21.07.2022

День

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 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			Бананы	130/150	22,75/26,25	69/92	0,7/1,8	0,0/0,1	16,5/21,0
	Закуска		Огурец свежий	30/30	2,4/2,4	8,9/8,9	0,5/0,5	0,1/0,1	1,5/1,5
Обед	1 блюдо		Суп с фрикадельками гречневый	150/200	8,48/10,66	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
			Рожки с маслом	100/120	3,64/4,58	139/164,4	3,6/4,3	3,1/3,7	23,8/28,5
	Напиток		Кисель	150/180	2,1/3,04	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	15,0/18,0
Полдник			Хворост	60/70	12,45/15,11	135/179	2,6/3,3	5,1/6,5	19,6/27,0
	напиток		Чай с молоком	150/180	4,62/6,22	77/85	1,8/2,3	1,3/1,6	14,5/16,9
	хлеб				88,56/104,54				