



Заведуючий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
Т.Н. Кирилук

Утверждаю

День: 27.07.2022

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 гречневая	150/180	15,53/18,62	137/183,6	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	9,9/9,9
2 завтрак			Сок	100/100	8,50/8,50	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	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
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/200	11,58/13,36	76/95	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Тефтели мясные	60/60	17,09/17,09	114,2/114,2	5,7/5,7	5,6/5,6	10,13/10,1
			Картофельное пюре	100/120	8,24/8,64	82/98,4	1,9/2,2	3,0/3,6	11,9/14,3
			Компот из сухофруктов	120/180	2,40/2,68	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
			Хлеб пшеничный бел./чёрн.	50/60	1,60/1,92	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник			Пирожок с капустой	50/80	19,84/25,45	106/161	3,2/4,5	2,6/3,8	17,5/27,2
			Чай с сахаром	150/180	0,73/0,76	41/63	0,1/0,1	0,0/4,	5,5/7,9
			хлеб						
					91,28/103,32				