



Утверждаю  
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО  
Н. Кириллук

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

29.06.2022

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 манная	150/180	14,66/17,64	133/183,6	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 сыром	8/20 10/20	7,35/8,67	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	9,9/9,9
2 завтрак			Сок	100/100	6,50/6,50	45/45	0,3/0,3	0,0/0,0	11/11
Обед	Закуска		Винегрет	40/50	8,91/9,28	18,5/25	0,3/0,4	1,5/2,0	1,0/1,3
	1 блюдо		Рассольник 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		Котлета рыбная	70/70	44,66/44,66	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
			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			Ленивые голубцы с мясом	150/180	10,36/13,86	179/247	10,5/14,5	11,6/16,0	8,2/11,2
	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		Хлеб пшеничный	20/25	0,66/0,82	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
					120,85/133,51				