



Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
И.В. Кириллюк

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./ корп 13.07.2022

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 пшённая	150/180	16,76/20,24	174/195	6,2/7,5	6,8/7,9	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	10,9/10,9	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Огурец свежий	40/40	3,2/3,2	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Суп с фрикадельками вермишелевый	150/200	9,97/11,14	76,5/102	3,0/4,0	2,7/3,6	2,8/2,8
	2 блюдо		Рыба жареная	60/70	32,72/32,95	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
			Картофельное пюре	100/120	8,24/8,64	82/98,4	1,9/2,2	3,0/3,6	11,9/14,3
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	2,4/2,68	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник	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
			Рожки с творогом	80/120	11,32/12,42	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
	напиток		Какао на молоке	150/180	12,07/12,2	90/119	4,0/4,8	3,1/4,2	11,5/15,4
	хлеб				95,84/119,95				