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

ДОУ	МДОБУ Д/С № 10 ЛГО	Отд./ корп		День	15.07.2022

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 геркулесовая**	**150/180**	**17,37/21,09**	**114/139**	**3,8/4,8**	**5,6/6,8**	**12,2/14,8**
	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								
	1 блюдо		**Суп гречневый с мясом**	**150/200**	**10,55/12,69**	**136/185**	**7,2/9,3**	**5,1/6,9**	**15,3/21,3**
	2 блюдо		**Тефтели мясные**	**60/60**	**20,22/21,66**	**114,2/114,2**	**5,7/5,7**	**5,6/5,6**	**10,13/10,13**
			Гороховое пюре	**100/120**	**5,8/7,1**	**153,4/173**	**3,95/4,2**	**3,39/4,6**	**26,15/28,6**
	Напиток		**Компот из сухофруктов**	**120/180**	**2,4/2,68**	**60/72**	**0,5/0,6**	**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			**Пирожки с капустой**	**60/70**	**19,84/25,45**	**106/161**	**3,2/4,5**	**2,6/3,8**	**17,5/27,0**
	напиток		**Чай с сахаром**	**50/50**	**3,73/4,18**	**77/92,4**	**1,8/2,16**	**1,3/1,56**	**14,5/17,4**
	хлеб								
					95,83/111,63				