

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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

День

18.08.2022

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		Молочная каша гречневая	150/180	15,71/18,59	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	5,03/6,11	68 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	7,6/8,9
2 завтрак			Сок	100/100	8,5/8,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп рыбный с сайрой	10/200	11,05/15,2	123/162	4,2/4,7	5,1/6,1	15,0/22,0
	2 блюдо		Плов	110/150	13,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	2,99/3,32	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		Оладьи с повидлом	80/100	11,32/12,12	171/258	5,8/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
	напиток		Кофейный напиток на молоке	150/180	11,7/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,6	5,5/7,9
	хлеб				82,63/99,08				