

Утверждаю
 Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
 Т.Н. Кириллюк
 День 08.09.2022

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		Молочная каша пшеничная	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	5,03/6,11	68 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	7,6/8,9
2 завтрак			Яблоко	60/80	8,4/11,2	95/128	4,8/6,2	0,0/0,0	16,5/21,0
Обед	Закуска		Салат со свежей капустой и морковью	40/40	5,88/5,88	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Суп гороховый с мясом	150/200	6,91/9,67	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Плов мясной	100/150	13,95/18,46	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	21,4/25,7
	Напиток		Кисель	150/180	2,1/3,04	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			Вермишелевая запеканка с молочным соусом	80/120	11,32/12,12	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,5
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	77/92,4	1,8/2,3	1,3/15,6	14,5/17,4
	хлеб				77,07/94,49				