

Утверждаю
 Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
 И.И. Кириллук
 День 14.09.2022

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 пшённая	150/180	16,76/20,24	174/195	6,2/7,5	6,8/7,5	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	5,03/6,11	68 /82	1,6/2,1	3,5/4,2	7,6/8,9
2 завтрак			Яблоко	130/150	8,45/19,5	95/128	4,6/6,2	0,0/0,1	16,5/21
Обед	Закуска		Салат из свежей капусты с 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		Печёночные оладьи	50/70	12,95/13,2	191/223,6	11,67/13,62	11,4/13,28	10,15/12,26
			Рис с маслом	100/120	3,88/5,01	166/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
	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
			Творожная запеканка с молочным соусом	80/100	45,45/52,53	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10,0/12,0
Полдник						41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
	напиток		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,76				
	хлеб				111,41/138,96				