



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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

День

15.09.2022

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 пшеничная	150/180	17,37/21,09	114/139	3,9/4,8	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	130/150	8,45/19,5	95/128	4,6/6,2	0,0/0,1	16,5/21
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Свекольник с мясом со сметаной	150/200	7,43/8,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Котлета рыбная	50/60	35,22/44,66	108/112	8,9/11,2	6,2/7,1	3,8/4,5
			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	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			Суп пшённый с мясом яйцом	150/180	10,97/11,14	76,5/102	3,0/4,0	2,7/3,6	10,7/13,5
	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		Хлеб пшеничный	20/25	0,66/0,82	39/58,8	1,6/2,4	0.2/0.3	7,6/11,4
					97,03/126,13				