

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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

День 19.09.2022

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 вермишелевая	150/180	14,75/17,76	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			Сок	100/100	8,5/8,5	95/128	4,6/6,2	0,0/0,1	16,5/21
Обед	Закуска		Салат из свежей капусты с морковью	40/40	6,88/6,88	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Суп гороховый с мясом	180/200	6,91/9,67	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Котлеты мясные	65/70	19,0/21,54	103/103	8,0/8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
Полдник	Напиток		Гречка с маслом	100/100	3,94/4,85	90/90	3,1/3,1	2,6/2,6	13,5/13,8
	Хлеб бел./чёрн.		Компот из сухофруктов	120/180	2,4/2,8	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
			Хлеб пшеничный	50/60	1,65/1,98	97,5/117	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
			Плов фруктовый	100/150	17,6/21,76	150/217	2,5/3,8	3,7/5,5	26,7/38,1
			Кофейный напиток на молоке	150/180	11,7/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,2	5,5/7,9
	хлеб				99,09/116,65				