Утверждаю

Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Кирилюк

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./ корп

День 30.09.2022

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 рисовая**	**150/180**	**15,15/18,2**	**135/205**	**4,6/7,0**	**5,1/7,2**	**17,6/28,0**
	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 с фрикадельками**	**150/200**	**10,97/11,14**	**76,5/102**	**3,0/4,0**	**2,7/3,6**	**10,7/13,5**
	2 блюдо		**Солянка с мясом**	**60/70**	**11,95/12,2**	**191/223,6**	**11,67/13,62**	**11,4/13,28**	**10,5/12,26**
			Картофельное пюре	**100/120**	**7,24/8,64**	**82/98,4**	**1,9/2,2**	**3,0/3,6**	**11,9/14,3**
	Напиток		**Кисель**	**150/180**	**3,1/4,04**	**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			**Булочка с сахаром**	**50/60**	**12,32/13,12**	**171/258**	**8,5/12,6**	**8,4/15,9**	**15,7/23,6**
	напиток		**Чай с молоком**	**150/180**	**4,62/6,22**	**77/85**	**1,8/1,8**	**1,3/1,3**	**14,5/16,9**
	хлеб								
					81,26/90,91				