



Заведуючий МДОбУ Д/С № 10 ЛГО
 Т.Н. Кирилюк
 Утверждаю
 День 14.10.2022

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

ДОУ

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 гречневая	150/180	15,71/18,59	137/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	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			Ясли Молоко /Сад Сок	100/100	8,4/8,5	75/75	4,4/0,3	4,0/4,0	0,1/0,1
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 пшённый с мясом яйцом	180/200	15,8/17,3	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Тефтели мясные	60/60	17,09/17,09	114,2/114,2	5,7/5,7	5,6/5,6	10,13/10,1
Полдник	Напиток		Гороховое пюре	100/120	5,8/7,1	153,4/173	3,95/4,2	3,39/4,6	26,15/28,6
	Хлеб бел./чёрн.		Кисель	150/180	3,1/4,04	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	50/60	1,65/1,98	97,5/117	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
Полдник	хлеб		Печенье песочное	50/50	7,17/8,26	135/135	2,6/2,6	5,1/5,1	18,6/19,6
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	39/58,8	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
					91,09/100,79				