



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

День 21.10.2022

Отд./ корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

ДОУ

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г 1,5-3лет/3-7	Цена 1,5-3лет/3-7лет 14,75/17,76	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		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			Ясли молоко /Сад сок	100/100	8,4/10,9	75/75	4,4/0,3	4,0/4,0	0,1/0,1	
Обед	Закуска									
	1 блюдо		Щи морские с мясом со сметаной яйцом	180/200	11,05/15,52	123/162	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8	
	2 блюдо		Суфле печёночное	60/70	23,71/24,99	191,7/223,7	11,67/13,62	11,4/13,28	10,5/12,26	
			Рис с овощами	100/130	11,03/11,55	166,6/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,29	
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	3,03/4,03	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0	
	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
				Ватрушка с творогом	50/50	16,07/19,8	135/135	2,6/2,6	5,1/5,1	19,6/19,6
Полдник	хлеб									
	напиток		Чай с молоком	150/180	4,62/6,22	77/85	1,8/1,8	1,3/1,3	14,5/16,9	
					100,07/119,62					