



Заведующий

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./ корп

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		Каша молочная 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			Сок	100/100	2,5/8,5	75/75	4,4/0,3	4,0/4,0	0,1/0,1
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп рисовый с мясом	150/200	9,97/11,14	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Котлета рыбная	60/70	35,22/44,66	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
	Напиток		Картофельное пюре	100/120	8,24/8,64	82/98,4	1,9/2,2	3,0/3,6	11,9/14,3
	Хлеб бел./чёрн.		Компот из сухофруктов	120/180	3,03/4,03	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
Полдник	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
	хлеб		Рожки с творогом	80/120	11,32/12,12	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	1,8/2,3	1,3/1,6	14,5/16,9
					98,02/122,75				