



Зав. лабораторией
 Кириллюк
 № 10 ЛГО
 утверждано
 31.10.2022

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

31.10.2022

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		Каша молочная пшённная	150/180	16,76/20,24	174/195	1,5-3л/3-7	1,5-3л/3-7	1-3л/3-7
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,76	41/63	6,2/7,5	6,8/7,5	22,3 /23,6
	хлеб		Батон с маслом	4/20 5/20	5,03/6,11	68 /82	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
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 гречневый с мясом	150/200	8,48/10,66	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Каша рисовая	100/130	4,88/6,01	166,6/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
			Бефстроганов с мясом	110/150	14,85/19,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
	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
Полдник			Манный пудинг с кисельной заливкой	80/100	9,71/10,74	141/152	4,5/6,0	4,6/4,9	20,5/20,8
	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
					78,24/94,71				