



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	15,53/18,62	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			Молоко/Сок	100/100	9,0/8,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп пшённый с мясом яйцом	150/200	7,48/9,66	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Рожки с маслом/Гороховое пюре	100/120	3,09/7,24	139,5/90	3,6/3,1	3,1/2,6	23,8/13,5
			Тефтели мясные	60/60	17,09/17,09	114,2/114,2	5,7/5,7	5,6/5,6	10,13/10,1
Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	2,99/3,32	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	19,0/22,8
Полдник	хлеб		Оладьи	80/100	11,32/12,12	171/258	5,8/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
					77,64/89,58				