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

ДОУ | МДОБУ Д/С № 10 ЛГО | Отд./ корп | | День | 29.11.2022

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 рисовая**	**150/180**	**15,15/18,2**	**135/205**	**4,6/7,0**	**5,1/7,2**	**17,6 /28,0**
	гор.напиток		**Чай с сахаром**	**150/180**	**3,73/4,18**	**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			**Снежок**	**100/100**	**11,5/11,5**	**75/75**	**4,4/4,4**	**4,0/4,0**	**6,0/6,0**
Обед	Закуска								
	1 блюдо		**Борщ с мясом со сметаной**	**180/200**	**15,8/17,3**	**136/185**	**7,2/9,3**	**5,1/6,9**	**15,3/21,3**
	2 блюдо		**Котлета мясная**	**60/70**	**36,22/45,66**	**112/147**	**11,2/14,5**	**6,2/6,8**	**2,8/3,4**
			Гречка с маслом	**100/100**	**3,94/4,83**	**90/90**	**3,1/3,1**	**2,6/2,6**	**13,5/13,5**
	Напиток		**Компот из сухофруктов**	**120/180**	**2,40/2,8**	**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			**Творожная запеканка с молочным соусом**	**80/100**	**45,45/52,53**	**137/181**	**5,9/7,3**	**8,2/11,5**	**10,0/12,0**
	хлеб								
	напиток		**Чай с молоком**	**150/180**	**4,62/6,22**	**77/85**	**1,8/2,3**	**1,3/1,6**	**14,5/16,9**
					145,49/171,31				