



ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

03.11.2022

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 гречневая	150/180	15,71/18,59	137/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	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			Сок	100/100	8,5/8,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Салат винегрет	40/40	8,91/9,28	18,5/25	0,3/0,4	1,5/2,0	1,0/1,3
	1 блюдо		Щи морские с мясом с яйцом	180/200	11,05/15,52	123/162	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Тефтели мясные	60/70	17,9/18,9	114/116,5	5,7/6,3	5,6/6,8	10,13/11,2
Полдник	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	1,4/1,68	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	19,0/22,8
	хлеб напиток		Рожки с творогом Какао на молоке	80/100 150/180	11,32/12,12 12,07/12,2	171/258 90/119	8,5/12,6 4,0/4,8	8,4/15,9 3,1/4,2	15,7/23,6 11,5/15,4
					94,27/105,64				