

Утверждаю
 Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
 Т.Н. Кириллюк
 День: 01.12.2022

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

ДОУ

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	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			Сок	100/100	2,4/8,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп пшённый с мясом яйцом	180/200	15,8/17,3	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Гуляш мясной	110/150	13,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	22,4/25,7
			Рис с маслом	100/130	3,88/5,01	166,6/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
	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	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	1,8/1,8	1,3/1,3	14,5/16,9
					80,49/101,27				