

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

День 14.12.2022

Отд./ корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

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 геркулесовая	150/180	15,37/17,09	114/139	3,8/4,8	5,6/6,8	12,2/14,8
	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	2,64/3,14	78 /78	1.6/1,6	3.5/3,5	9,9/9,9
2 завтрак			Сок	100/100	8,5/8,5	95/128	4,8/6,2	0,0/1,0	16,5/21,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп пшённый с яйцом	150/180	14,8/17,3	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Котлета рыбная	50/60	18,22/19,66	108/112	8,9/11,2	6,2/7,1	3,8/4,5
			Картофельное пюре/Гороховое пюре	100/120	5,1/5,24	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	хлеб		Пирожок с капустой	60/70	14,84/15,45	106/161	3,2/4,5	2,6/3,8	17,5/27,0
	напиток		Кофейный напиток на молоке	150/180	10,7/11,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,6	5,5 /7,9
					<b>99,95/106,38</b>				