

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

День 19.12.2022

Утверждаю

Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Т.Н. Курилюк

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	20 /20	0,58/0,59	78 /78	1,6/1,6	3,5/3,5	9,9/9,9
2 завтрак									
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп вермишелевый с мясом	150/180	6,43/8,89	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	21,4/25,7
			Рис	100/130	4,88/6,01	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		Ватрушка с творогом	80/100	16,07/19,8	135/161	2,6/3,3	5,1/6,5	19,6/21,2
	напиток		Молоко	150/180	11,7/14,04	77/85	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5 /7,9
					77,1/95,34				