

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

День 20.12.2022

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

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 пшённая	150/180	16,76/17,24	174/195	6,2/7,5	6,8/7,5	22,3/23,6
	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		Борщ с мясом со сметаной	150/180	15,8/16,3	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Гуляш мясной	65/70	19,0/20,54	103/103	8,0/8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
			Картофельное пюре/Гороховое пюре	100/120	7,1/7,24	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
Полдник	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		Запеканка творожная с молочным соусом	80/100	25,45/27,53	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10/12
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1 /15,6
					96,20/102,58				