



Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
Г.Н. Кириллюк

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

ДОУ

День 22.12.2022

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			Рожки с творогом	80/100	11,32/12,12	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
			Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
			Батон с маслом	4/20 5/20	2,64/3,14	78 /82	1,6/2,1	3,5/4,2	7,6/8,9
2 завтрак									
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Рассольник с мясом со сметаной	150/180	15,8/17,3	110/136	5,0/5,9	4,2/5,2	13,0/16,3
	2 блюдо		Плов мясной	100/150	13,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
	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			Пирожок с капустой	50/80	19,84/25,45	106/161	3,2/4,5	2,6/3,8	17,5/27,2
	хлеб								
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1 /15,6
					75,06/89,61				