

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

29.12.2022

День

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

ДОУ

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г 1,5-3лет/3-7	Цена 1,5-3лет/3-7 лет	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 пшеничная	150/180	17,37/21,09	114/139	3,8/4,8	5,6/6,8	12,2/14,8
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,77	77/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	14,5/17,4
	хлеб		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			Сок	100/100	8,5/8,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
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	100/150	13,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
	Напиток		Картофельное пюре/Гороховое пюре	100/120	7,1/7,24	90/90	3,1/3,1	2,6/2,6	13,5/13,5
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	2,40/2,8	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник	хлеб		Оладьи	50/70	1,65/1,98	97,5/117	4,0/4,8	0,5/0,6	19,0/22,8
	напиток		Чай с молоком	150/180	12,33/14,12	77,0/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	19,6/27,0
					4,62/6,22	77/85	1,8/2,3	1,3/1,6	14,5 /16,9
					77,72/93,21				