



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

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./ корп Дать 05.12.2022

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	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	0,58/0,58	68 /82	1,6/2,1	3,5/4,2	7,6/8,9
2 завтрак									
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп вермишелевый с мясом	150/200	6,43/8,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Плов с мясом	110/150	13,96/18,46	190/230,8	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			Омлет	80/100	41,55/43,08	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
	хлеб		Хлеб пшеничный	20/25	0,66/0,82	39/58,8	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
	напиток		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,76	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
			Икра кабачковая	40/40	2,32/2,32	44,4/44,4	0,51/0,51	3,99/3,99	1,53/1,53
					89,72/102,46				