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

ДОУ	МДОБУ Д/С № 10 ЛГО	Отд./ корп		День	06.12.2022

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 пшённая**	**150/180**	**16,76/20,24**	**174/195**	**6,2/7,5**	**6,8/7,9**	**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 с маслом**	**4/20 5/20**	**2,64/3,14**	**78 /78**	**1.6/1,6**	**3.5/3,5**	**9,9/9,9**
2 завтрак			**Снежок**	**100/100**	**11,5/11,5**	**75/75**	**4,4/4,4**	**4,0/4,0**	**6,0/6,0**
Обед	Закуска								
	1 блюдо		**Борщ с мясом со сметаной**	**180/200**	**15,8/17,3**	**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**
			Гречка с маслом	**100/100**	**3,94/3,94**	**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**
	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			**Сырники творожные**	**60/60**	**20,4/20,4**	**181/181**	**7,3/7,3**	**11,5/11,5**	**12,0/12,0**
	хлеб								
	напиток		**Молоко**	**150/180**	**11,7/14,04**	**77/85**	**3,4/4,9**	**4,0/4,0**	**5,5/7,9**
					104,47/117,98				