



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

11.01.2023

Отд./ корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

ДОУ

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 вермишелевая	150/180	14,75/15,76	114/135	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	Закуска								
Обед	1 блюдо		Суп гречневый со сметаной	150/180	8,48/10,66	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Каша рисовая	100/100	4,88/6,01	166,6/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
			Котлета рыбная	70/70	26,22/30,66	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
	Напиток		Компот из сухофруктов	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	1,65/1,98	97,5/117	4,0/4,8	0,5/0,6	19,0/22,8
			Запеканка творожная с молочным соусом	80/100	35,45/40,53	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10/12
Полдник	хлеб		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,77	77/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	14,5 /17,4
	напиток								
					102,63/117,52				