

Утверждаю



ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

27.01.2023

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 гречневая	150/180	15,53/18,62	137/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	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									
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Свекольник с мясом со сметаной	180/200	7,43/8,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Гуляш мясной	110/150	17,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
			Картофельное пюре	100/120	7,24/8,64	82/98,4	1,9/2,2	3,0 /3,6	11,9/14,3
	Напиток		Компот из сухофруктов	100/120	7,1/7,24	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	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			Запеканка фермишелевая с молочным соусом	80/100	11,32/12,12	171/258	8,4/15,9	8,4/15,9	15,7/23,6
	хлеб								
	напиток		Кофейный напиток на молоке	150/180	11,7/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5 /7,9
					83,29/93,90				