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

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./ корп

День 20.03.2023

| 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 геркулесовая** | **150/180** | **15,19/20,62** | **133/186,5** | **6,4/7,7** | **7,4/10,0** | **10,3/15,75** |
| | гор.напиток | | **Чай с сахаром** | **150/180** | **0,73/0,76** | **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 /82** | **1.6/2,1** | **3.5/4,2** | **7,6/8,9** |
| | | | | | | | | | |
| 2 завтрак | | | **Сок** | **100/100** | **8,5/8,5** | **45/45** | **0,3/0,3** | **0,0/0,0** | **11/11** |
| Обед | Закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | **Суп гороховый с мясом** | **150/200** | **6,91/9,67** | **136/185** | **7,2/9,3** | **5,1/6,9** | **15,3/21,3** |
| | 2 блюдо | | **Плов мясной** | **110/150** | **14,95/19,46** | **192/230,8** | **6,5/7,8** | **8,9/10,7** | **21,4/25,7** |
| | | | | | | | | | |
| | Напиток | | **Компот из сухофруктов** | **120/180** | **3,03/4,03** | **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** | **15,0/18,0** |
| Полдник | | | **Запеканка творожная с молочной заливкой** | **80/100** | **45,45/52,53** | **137/181** | **5,9/7,3** | **8,2/11,5** | **10,0/12,0** |
| | | | | | | | | | |
| | напиток | | **Кофейный напиток на молоке** | **150/180** | **11,7/14,04** | **72/86** | **3,4/4,9** | **4,0/4,6** | **5,5/7,9** |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | **110,75/134,73** | | | | |