



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

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
 Отд./ корп
 День 21.03.2023

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

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 рисовая	150/180	15,15/18,2	135/205	4,6/7,0	5,1/7,2	17,6/28,0
	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									
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	100/150	13,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
			Рожки с маслом	100/120	2,6/3,2	139,5/164,4	3,6/4,3	3,1/3,7	23,8/28,5
	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			Оладьи с повидлом	50/70	12,45/15,11	77,0/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	19,6/27,0
	напиток		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,77	78/82	1,6/2,1	3,5/4,2	7,6/8,9
	хлеб								
					63,73/82,95				