



ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

День: 22.03.2023

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 пшеничная	150/180	17,37/21,09	114/139	3,9/4,8	5,6/6,8	12,2/14,8
	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		Свекольник 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		Котлета мясная	60/70	36,22/45,66	112/147	11,2/14,5	6,2/6,8	2,8/3,4
	Напиток		Гречка с маслом	100/120	3,94/4,85	90/90	3,1/3,1	2,6/2,6	13,5/13,5
				Компот из сухофруктов	120/180	3,03/4,03	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0
Полдник	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
			Рожки с творогом	80/100	11,32/12,12	171/258	8,5/12,6	8,4/13,9	15,7/21,2
	напиток		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,77	78/82	1,6/2,1	3,5/4,2	7,6/8,9
					93,43/111,70				