



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./ корп 23.03.2023

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 гречневая	150/180	15,71/18,59	137/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	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			Сок	100/100	8,5/8,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Рассольник 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		Оладьи печёночные	60/70	22,95/23,2	191/223,6	11,67/13,62	11,4/13,28	10,5/12,26
			Рис с маслом	100/130	4,88/6,01	166,6/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
	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			Суп рыбный сайровый	150/180	8,75/10,9	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	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		Хлеб пшеничный	20/25	0,66/0,82	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
					86,03/96				