



Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО  
 УТВЕРЖДАЮ  
 Т.Н. Кириллова

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО  
 Отд./корп  
 День: 31.03.2023

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 геркулесовая	80/100	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	9,9/9,9
2 завтрак									
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Свекольник с мясом со сметаной	180/200	7,43/9,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Тефтеля мясная	60/70	17,9/18,9	114/116,5	5,7/6,3	5,6/6,8	10,13/11,2
	Напиток		Гороховое пюре сад/рожки ясли	100/120	2,6/7,1	139,5/173	3,6/4,2	3,1/4,6	23,8/28,6
	Хлеб бел./чёрн.		Компот из сухофруктов	120/180	2,40/2,68	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
			Хлеб пшеничный	50/60	1,60/1,92	47/70	0.0/0,0	0.0/0,0	11,7/17,5
Полдник			Суп с фрикадельками вермишелевый	180/200	10,97/11,14	76,5/102	3,0/4,0	2,7/3,6	10,7/13,5
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	39/58,8	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
	хлеб				65,19/80,33				