

Утверждаю
 Заведующий МДОбУ Д/С № 10 ЛГО
 Кирилюк



ДОУ МДОбУ Д/С № 10 ЛГО Отд./ корп 07.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
				1,5-3лет/3-7	1,5-3лет/3-7 лет	1,5-3лет/3-7	1,5-3л/3-7	1,5-3л/3-7	1-3л/3-7
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная пшённая	150/180	17,02/18,62	137/183,6	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	напиток								
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Свекольник с мясом со сметаной	150/200	8,48/10,66	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Гречка с маслом	100/120	3,94/4,85	90/100	3,1/3,9	2,6/3,2	13,5/14,6
			Котлета мясная	65/70	20,6/23,8	97/103	8,0/8,9	6,2/6,9	3,8/4,3
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	3,03/4,03	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
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
			Омлет	80/100	20,4/22,8	86/107,5	5,7 /7,1	6,5/7,9	1,45/1,8
			Хлеб	20/25	0,66/0,82	39/58,8	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
	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								
					90,85/105,5				