



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

День 09.03.2023

Отд./ корп

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 пшеничная	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		Рассольник с мясом со сметаной	150/200	15,48/17,3	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Рис с маслом	100/120	4,88/6,01	166/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
			Гуляш с мясом	40/60	13,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
			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.	50/60	1,65/1,98	97,5/117	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
Полдник			Рожки с творогом	80/100	11,32/12,12	171/258	8,5/12,6	8,4/13,9	15,7/21,2
			Чай с молоком	150/180	4,62/6,22	77/85	1,8/2,3	1,3/1,6	14,5/16,9
			хлеб						
					75,32/88,64				