



Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Г.Н. Муридюк

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

ДОУ

День 06.03.2023

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 манная	80/100	14,66/17,64	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		Огурец солёный	40/40	6,8/6,8	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Щи морские с мясом со сметаной и яйцом	180/200	11,05/15,52	123/162	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Гуляш из печени	110/150	14,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
			Картофельное пюре	100/120	8,24/8,64	82/98,4	1,9/2,2	3,0 /3,6	11,9/17,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	2,40/2,68	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	1,60/1,92	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник			Омлет	80/100	41,55/43,08	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
	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		Хлеб пшеничный	20/25	0,66/0,82	39/58,8	1.6/2,4	0.2/0.3	7,6/11,4
					109,01/123,64				