



Утверждаю  
 Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО  
 Т.Н. Кирилюк

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп   День 11.05.2023

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 рисовая	150/180	15,15/18,2	135/205	4,6/7,0	5,1/7,2	17,6/28,0
	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	30/30	5,1/5,1	8,9/8,9	0,5/0,5	0,1/0,1	1,5/1,5
	1 блюдо		Щи морские с мясом со сметаной яйцом	180/200	11,05/15,52	123/162	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Котлета мясная	65/70	19,0/21,54	103/103	8,0 /8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
			Гречка с маслом	100/120	6,57/7,86	91/123,6	3,1/3,6	2,6/3,2	13,5/14,2
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	2,1/3,04	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	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			Запеканка творожная с молочной заливкой	80/100	45,45/52,53	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10,0/12,0
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	77/92,4	1,8/2,3	1,3/15,6	14,5/17,4
	хлеб								
					113,12/133,79				