



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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

16.05.2023

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 геркулесовая	150/180	17,37/21,09	114/139	3,8/4,8	5,6/6,8	12,2/14,8
	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		Борщ с мясом со сметаной	180/200	11,58/13,36	76/95	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Гуляш мясной	60/70	19,0/21,54	103/103	8,0/8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
			Рожки с маслом	100/120	2,6/3,2	139,5/164,4	3,6/4,3	3,2/3,7	23,8/28,5
	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			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	0,73/0,77	90/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	14,5/17,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	20/25	0,66/0,82	47/70	0.0/0,0	0.0/0.0	11,7/17,5
					100,56/112,72				