



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

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп  День 31.05.2023

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 пшеничная	150/180	17,76/19,62	174/195	6,2/7,5	6,8/7,9	22,3/23,6
	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		Щи из морской капусты 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 мясной	100/150	13,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
			Рожки с маслом	100/120	2,6/3,2	139,5/164,4	3,6/4,3	3,1/3,7	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			Булочка с сахаром	50/50	12,32/13,12	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
	напиток		Молоко	150/180	13,95/16,74	77/86	3,4/4,9	4,0/4,2	5,5/7,9
	хлеб				78,70/95,52				