

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



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп День 07.06.2023

| 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 | 150/180 | 14,66/17,64 | 133/183,6 | 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 | 9,9/9,9 |
| 2 завтрак | | | Сок | 100/100 | 8,5/8,5 | 45/45 | 0,3/0,3 | 0,0/0,0 | 11/11 |
| Обед | Закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | Суп вермишелевый с фрикадельками | 180/200 | 10,97/11,14 | 76,5/102 | 3,0/4,0 | 2,7/3,6 | 10,7/13,5 |
| | 2 блюдо | | Плов мясной | 100/150 | 13,95/18,46 | 192/230,8 | 6,5/7,8 | 8,9/10,7 | 21,4/25,7 |
| | Напиток | | Компот из сухофруктов | 150/180 | | 47/70 | 0,0/0,0 | 0,0/0,0 | 11,7/17,5 |
| | Хлеб бел./чёрн. | | Хлеб пшеничный | 50/60 | 2,1/3,04 | 47/70 | 0,0/0,0 | 0,0/0,0 | 11,7/17,5 |
| Полдник | | | Рожки с творогом | 80/100 | 11,32/12,12 | 171/258 | 8,5/12,6 | 8,4/13,9 | 15,7/21,2 |
| | 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 | | | | 70,20/80,90 | | | | |