



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День 22.06.2023

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 пшённая	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		Сок ясли/Сок сад	100/100	8,5/8,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
	1 блюдо		Борщ с мясом и сметаной	180/200	15,8/17,3	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Котлета рыбная	80/90	33,22/44,66	108/112	8,9/11,3	6,2/7,1	3,8/4,5
			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		Кисель	150/180	2,1/3,04	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	19/22,8
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	30/40	2,2/2,92	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник			Оладьи с повидлом	10/80 15/100	13,6/16,42	77/92,4	1,8/2,16	1,3/1,59	19,6/27
	напиток		Чай с сахаром	150/180	11,7/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,6	5,5/7,9
	хлеб				110,83/133,6				