



МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

ДОУ

День

28.06.2023

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 геркулесовая молочная	150/180	15,15/18,2	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10,0/12,0
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	3,12/3,76	41/63	0,1/0,3	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 /ясли Сок/Сад	100/100	8,5/8,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	1 блюдо		Суп вермишелевый с курицей	150/200	6,43/8,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Картофельное пюре	100/120	8,24/8,64	82/98,4	1,9/2,2	3,0/3,6	11,9/14,3
			Котлета мясная	60/70	16,59/17,3	112/147	11,2/14,5	6,2/6,8	2,8/3,4
	Закуска		Огурец соленный	30/30	5,1/5,1	8,9/8,9	0,5/0,5	0,0/0,0	1,5/1,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	3,1/4,04	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	19/22,8
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	3,65/4,4	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник			Манный пудинг с кисельной заливкой	30/80 40/100	9,71/10,74	141/152	4,5/6,0	4,6/4,9	20,5/20,8
	напиток		Какао на молоке	130/150	11,7/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5/7,9
	хлеб								
					93,93/106,75				