



День 29.06.2023

Отд./корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Доу

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г 1,5-3лет/3-7	Цена 1,5-3лет/3-7 лет	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 пшённая молочная	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	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
	1 блюдо		Свекольник с мясом со сметаной	180/200	7,43/8,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
Обед	2 блюдо		Запеканка рисовая с мясом	100/120	17,09/18,64	114,2/138,4	5,7/7,2	3,0/5,6	11,9/14,3
	Закуски		Компот из сухофруктов	150/180	3,1/4,04	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	19/22,8
Полдник	Напиток		Хлеб пшеничный	50/60	3,65/4,4	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	Хлеб бел./чёрн.		Омлет	80/100	15,55/17,42	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,12/3,76	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	хлеб				81,96/92,17				