



ДОУ МД ОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп.

День 04.07.2023

, 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 пшённная	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
Обед	1 блюдо		Суп гороховый с мясом	180/200	6,91/9,67	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Гречка с маслом	100/120	3,94/4,85	90/108	3,1/4,2	2,6/3,4	13,65/15,7
Закуска			Котлета мясная	65/70	19,0/21,5	97,6/103	8,0/9,3	6,2/7,1	3,8/4,3
	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			Сырники с повидло	30/80 40/100	9,71/10,74	141/152	4,5/6,0	4,6/4,9	20,5/20,8
	напиток		Чай с молоком	150/180	4,62/6,22	77/85	1,2/2,3	1,3/1,6	14,6/16,9
	хлеб				82,95/96,44				