



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп День 11.07.2023

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 геркулесовая	150/180	15,19/20,62	133/186,5	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	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									
Обед	Закуски		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		Суп гороховый с курицей	180/200	6,91/9,67	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Рис с маслом	100/120	4,88/6,01	166,6/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
			Котлета рыбная	60/80	36,22/45,66	112/125	11,2/14,3	6,2/7,8	2,8/3,9
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	3,1/4,04	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	19/22,8
Полдник	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
			Манный пудинг с молочной заливкой	30/80 40/100	17,5/19,56	141/152	4,5/6,0	4,6/4,9	20,5/20,8
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,12/3,76	41/63	0,01/0,3	0,0/0,0	10,1/15,6
	хлеб								
						104,83/129,12			