



ДОУ	МДОБУ Д/С № 10 ЛГО	Отд./корп	День	03.08.2023
-----	--------------------	-----------	------	------------

,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			Молочная каша манная	150/180	14,66/17,64	133/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
			Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	77/92,4	1,8/2,3	1,3/15,6	14,5/17,4
			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	100/100	8,5/8,5	45/45	0,3/0,3	0,0/0,0	11/11
Обед	1 блюдо		Свекольник с мясом со сметаной	180/200	15,8/17,3	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
	Закуска		Огурец свежий	40/40	2,0/2,0	48/48	3,0/3,0	0,0/0,0	0,1/0,1
	Напиток		Тефтели рыбные	70/70	35,22/44,66	108/112	8,9/11,2	6,2/7,1	3,8/4,5
			Компот из сухофруктов	150/180	2,1/3,04	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/18,0
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
	напиток		Ленивые голубцы с мясом	150/180	10,36/13,86	179/247	10,5/14,,5	11,6/16,0	8,2/11,2
	хлеб		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	77/92,4	1,8/2,3	1,3/15,6	14,5/17,4
					110,63/131,54				