



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп. День 10.08.2023

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	гор.блюдо		Молочная каша манная	150/180	14,66/17,64	133/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	77/92,4	1,8/2,3	1,3/15,6	14,5/17,4
	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	100/100	8,5/8,5	45/45	0,3/0,3	0,0/0,0	11/11
Обед	1 блюдо		Суп гречневый с мясом	180/200	7,48/9,66	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Гуляш мясной	65/70	19,0/21,54	103/103	8,0/8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
	Закуска		Огурец свежий	40/40	2,0/2,0	48/48	3,0/3,0	0,0/0,0	0,1/0,1
	Напиток		Гороховое пюре	100/120	5,8/7,1	153,4/173	3,95/4,2	3,39/4,6	26,15/28,6
			Компот из сухофруктов	150/180	2,1/3,04	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/18,0
			Хлеб бел./чёрн.	50/60	3,65/4,4	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник			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				88,23/102,38				