



Утверждаю
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
Т.Н. Кирилюк

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

15.08.2023

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 пшеничная	150/180	17,37/21,09	114/139	3,8/4,8	5,6/6,8	12,2/14,8
	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	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/200	11,58/13,36	76/95	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	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								
			Рожки с маслом	100/110	4,09/4,15	139,5/153,4	3,6/3,95	3,1/3,39	23,8/26,15
	Напиток		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.		Хлеб пшеничный	50/60	3,65/4,4	47/70	0.0/0,0	0.0/0.0	11,7/17,5
Полдник			Запеканка творожная с молочным соусом	30/80 40/100	45,45/52,53	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10/12
	напиток		Какао на молоке	150/180	12,07/12,2	90/119	4,0/4,8	3,1/4,2	11,5/15,4
	хлеб				130,18/148,13				