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

ДОУ	МДОБУ Д/С № 10 ЛГО	Отд./корп		День	11.09.2023

,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 геркулесовая**	**150/180**	**15,19/20,62**	**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**	**75/75**	**4,4/4,4**	**4,0/4,0**	**6,0/6,0**
Обед	1 блюдо		**Борщ с мясом со сметаной**	**150/200**	**15,8/17,3**	**136 /185**	**7,2/9,3**	**5,1/6,9**	**15,3/21,3**
	2 блюдо		**Плов мясной**	**100/150**	**13,95/18,46**	**192/230,8**	**6,5/7,8**	**8,9/10,7**	**21,4/25,7**
	Закуска		**Капуста свежая с морковью**	**40/40**	**5,88/5,88**	**48/48**	**4,2/4,7**	**5,1/6,1**	**15,0/22,0**
	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			**Манные биточки с кисельной заливкой**	**50 /70**	**9,71/10,74**	**141/152**	**4,6/6,0**	**4,6/4,9**	**20,5/20,8**
	напиток		**Чай с молоком**	**150/180**	**4,62/6,22**	**77/85**	**1,8/2,3**	**1,3/1,6**	**14,5/16,9**
	хлеб								
					85,77/102,48				