



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

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп День 20.09.2023

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 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									
Обед	Закуска								
	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	110/150	13,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9 /10,7	21,4/25,7
			Рожки с маслом	100/120	2,6/3,2	139,5/164,4	3,6/4,3	3,1/3,7	23,8/28,5
	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			Пирожок с повидлом	50 /50	12,45/15,11	135/135	2,6/2,6	5,1/5,1	19,6/19,6
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	77/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	14,5/17,4
	хлеб				69,70/86,46				