



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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

21.09.2023

, 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 манная	150/180	17,02/20,64	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									
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Свекольник с мясом со сметаной	180/200	7,43/8,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Печёночные оладьи	60/70	24,71/25,99	191,7/223,7	11,67/13,62	11,4 /13,28	10,5/12,26
			Рис с маслом	100/120	3,88/5,01	166 /227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
	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			Рожки с творогом	80 /100	11,32/12,12	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
	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								
					88,55/99,61				