



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

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп День 03.10.2023

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 пшённая	150/180	16,76/20,24	174/195	6,2/7,5	6,8/7,5	22,3/23,6
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,76	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/17,4
	хлеб		Батон с маслом	4/20 5/20	1,4/0,83 2,8/0,83	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	9,9/9,9
2 завтрак			Ясли сок /Сад яблоко	100/150	13,4/23,25	75/95	4,4/6,2	4,0/0,1	6,0/21
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп гороховый с курицей	150/200	6,91/9,67	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Котлета мясная	60/70	36,22/45,66	112/147	11,2/14,5	6,2/6,8	2,8/3,4
			Рожки с маслом	100/120	2,6/3,2	139/164	3,6/4,3	3,1/3,7	23,8/28,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	2,99/3,32	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/18,0
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	1,65/1,98	47/70	0.0/0,0	0.0/0.0	11,7/17,5
Полдник			Омлет	80 /100	41,55/43,08	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		Хлеб пшеничный	20/25	0,66/0,82	47/70	0.0/0,0	0.0/0.0	11,7/17,5
					139,74/165,84				