



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

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп День 04.10.2023

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 рисовая	150/180	15,15/18,2	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10,0/12,0
	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			Яблоко	50/50	7,75/7,75	75/95	4,4/6,2	4,0/0,1	6,0/21
Обед	Закуска								
	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
			Гречка с маслом	100/120	3,94/4,85	90/108	3,1/4,2	2,6/3,4	13,65/15,7
	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			Маннй пудинг с кисельной заливкой	80 /100	9,71/10,74	141/152	4,5/6,0	4,6/4,9	20,5/20,8
	напиток		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,76	77/85	1,8/2,3	1,3/1,6	14,5/17,4
	хлеб				77,43/84,92				