



МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

ДОУ

День

17.10.2023

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 геркулесовая	150/180	17,37/21,09	135/205	4,6/7,0	5,1/7,2	17,6/28,0
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	3,12/3,76	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/17,4
	хлеб		Батон с маслом	4/20 5/20	1,4/4,48 2,8/5,08	78 /82	1,6/2,1	3,5/4,2	9,9/9,9
2 завтрак			Сок	100/100	3,4/9,5	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска								
	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		Котлета мясная	60/70	16,59/17,3	112/147	11,2/14,5	6,2/6,8	2,8/3,4
			Каша гречневая	100/120	6,57/7,86	91/123,6	3,1/3,6	2,6/3,2	13,5/14,2
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	2,99/3,32	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/18,0
Полдник	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
			Ватрушка с творогом	50 /50	16,07/19,8	135/135	2,6/2,6	5,1/5,1	19,6/19,6
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	39/58,8	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
	хлеб				91,49/111,89				