

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



МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

18.10.2023

ДОУ

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 пшённная	150/180	17,76/19,62	174/195	6,2/7,5	6,8/7,2	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									
Обед	Закуска		Салат из свежей капусты с морковью	40/40	1,4/1,4	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Суп вермишелевый с фрикадельками	150/200	10,96/11,14	76/102	3,0/4,0	2,7/3,6	10,7/13,5
	2 блюдо		Рыба в кляре	50/70	26,07/30,03	112/123	11,2/13,2	6,2/6,8	2,8/3,3
			Картофельное пюре	100/120	8,24/8,64	82/98,4	1,9/2,2	3,0/3,6	11,9/17,5
	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	15,55/17,42	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
			Чай с сахаром	150/180	3,12/3,76	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/17,4
	напиток хлеб		Хлеб пшеничный	20/25	0,66/0,82	39/58,8	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
					95,72/111,45				