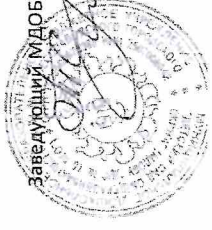


Утверждаю
 Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
 Т.Н. Кирилюк



ДОУ	МДОБУ Д/С № 10 ЛГО	Отд./корп	День	30.10.2023
-----	--------------------	-----------	------	------------

, Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
				1,5-3лет/3-7	1,5-3лет/3-7лет	1,5-3лет/3-7	1,5-3л/3-7	1,5-3л/3-7	1-3л/3-7
Завтрак	гор.блюдо		Молочная каша геркулесовая	150/180	17,37/21,09	114/139	3,8/4,8	5,6/6,8	12,2/14,8
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	77/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	14,5/17,4
	хлеб		Батон с маслом	4/20 5/20	2,52/0,58 3,15/0,58	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
			Салат из свежей капусты	40/40	6,88/6,88	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
Обед	Закуска		Суп вермишелевый с фрикадельками	180/200	10,96/11,14	76/102	3,0/4,0	2,7/3,6	10,7/13,5
	1 блюдо		Плов мясной	100/150	13,95/18,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
	2 блюдо								
Полдник	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	2,99/3,32	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	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
			Манный 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 молоком	150/180	4,62/6,22	77/85	1,8/2,3	1,3/1,6	14,5/16,9
	хлеб				80,93/94,67				