



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День 01.11.2023

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 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			77/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	14,5/17,4
	хлеб		Батон с маслом	150/180	3,73/4,18	78/82	1,6/2,1	3,5/4,2	9,9/9,9
2 завтрак			Сок	100/100	3,4/9,5	45/45	0,3/0,3	0,0/0,0	11/11
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Свекольник с мясом со сметаной	180/200	7,43/8,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Котлета мясная	65/70	19,0/21,54	103/103	8,0/8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
			Гречка с маслом	100/110	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	11,7/17,5
	Хлеб		Хлеб пшеничный бел./чёрн.	50/60	1,65/1,98	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник			Рожки с творогом	80/100	45,45/52,53	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10,0/12,0
	Напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	77/92,4	1,8/2,3	1,3/1,56	14,5/17,4
	хлеб								
					114,77/133,34				