



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп День 03.11.2023

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 манная	150/180	14,66/17,64	133/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	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	9,5	45	0,3	0,0	11
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп рыбный из горбуши	180/200	15,8/17,3	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Сборная солянка с мясом	100/150	26,35/28,34	112/202	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8 /2,8
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
	напиток		Булочка с сахаром	50 /50	7,06/10,8	135/135	2,6/2,6	5,1/5,1	19,6/19,6
	хлеб		Какао на молоке	150/180	12,07/12,2	90/119	4,0/4,8	3,1/4,2	11,5/15,4
					87,41/108,99				