

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



МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

ДОУ

09.11.2023

| , Прием пищи | Раздел          | № рец. | Блюдо                 | Выход, г<br>1,5-3лет/3-7 | Цена<br>1,5-3лет/3-7лет | Калорийность<br>1,5-3лет/3-7 | Белки<br>1,5-3л/3-7 | Жиры<br>1,5-3л/3-7 | Углеводы<br>1-3л/3-7 |
|--------------|-----------------|--------|-----------------------|--------------------------|-------------------------|------------------------------|---------------------|--------------------|----------------------|
|              |                 |        |                       |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
| Завтрак      | гор.блюдо       |        | Чай с сахаром         | 150/180                  | 3,73/4,18               | 77/92,4                      | 1,8/2,16            | 1,3/1,56           | 14,5/17,4            |
|              | гор.напиток     |        | Батон с маслом        | 4/20 5/20                | 2,52/0,58<br>3,15/0,58  | 78 /82                       | 1.6/2,1             | 3.5/4,2            | 9,9/9,9              |
|              | хлеб            |        |                       |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
| 2 завтрак    |                 |        |                       |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
| Обед         | Закуска         |        |                       |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
|              | 1 блюдо         |        | Суп гороховый с мясом | 180/200                  | 6,91/9,67               | 136/185                      | 7,2/9,3             | 5,1/6,9            | 15,3/21,3            |
|              | 2 блюдо         |        | Плов с мясом          | 110/150                  | 13,95/18,46             | 192/230,8                    | 6,5/7,8             | 8,9/10,7           | 21,4/25,7            |
|              | Напиток         |        | Компот из сухофруктов | 150/180                  | 2,99/3,32               | 47/70                        | 0,0/0,0             | 0,0/0,0            | 11,7/17,5            |
| 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            |
|              |                 |        | Омлет                 | 80 /100                  | 41,55/43,08             | 171/258                      | 8,5/12,6            | 8,4/15,9           | 15,7/23,6            |
|              | напиток         |        | Чай с сахаром         | 150/180                  | 3,12/3,76               | 47/70                        | 0,0/0,0             | 0,0/0,0            | 11,7/17,5            |
|              | хлеб            |        | Хлеб пшеничный        | 20/25                    | 0,66/0,82               | 39/58,8                      | 1,6/2,4             | 0.2/0.3            | 7,6/11,4             |
|              |                 |        |                       |                          | 93,32/107,64            |                              |                     |                    |                      |