



МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

ДОУ

День

30.11.2023

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 геркулесовая	150/180	17,37/21,09	135/205	4,6/7,0	5,1/7,2	17,6/28,0
	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	2,56/0,58 3,2/0,58	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	9,9/9,9
2 завтрак			Сок	100/100	3,3/9,85	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/180	11,58/13,36	76/95	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Гуляш мясной	65/70	19,0/21,54	103/103	8,0/8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
	Напиток		Сад/гороховое пюре ясли/картофельное пюре	100/120	8,24/7,24	82/90	1,9/3,1	3,0/2,6	11,9/13,5
			Компот из сухофруктов	150/180	2,40/2,68	60/72	0,0/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
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	50 /50	41,55/43,08	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	39/58,8	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
	хлеб				115,69/132,96				