



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День 05.12.2023

, 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 гречневая	150/180	16,53/19,62	77/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	14,5/17,4
	гор.напиток		чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	78 /82	1,6/2,1	3,5/4,2	9,9/9,9
	хлеб		Батон с маслом	4/ 20 5/20	2,56/0,58 3,2/0,58				
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		Огурцы солёные	40/40	6,8/6,8	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/180	15,8/17,3	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Картофельное рагу	150/150	26,35/28,34	202/202	9,0/9,0	10,6/10,6	17,6/17,6
Полдник	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	2,40/2,68	60/72	0,0/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	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
			Рожки с творогом	80 /100	11,32/12,12	171/258	8,5/12,6	8,4/13,9	15,7/21,2
	напиток		чай с молоком	150/180	4,62/6,22	77/85	1,8/2,3	1,3/1,6	14,5/16,9
					95,64/112,87				