



День 07.12.2023

Отд./корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

ДОУ

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 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	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									
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп гороховый с мясом	150/180	6,91/9,67	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/22,1
	2 блюдо		Гречка с маслом	100/120	3,94/4,85	90/90	3,1/3,1	2,6/2,6	13,5/13,5
Полдник	Напиток		Печёночные оладьи	50/70	12,95/13,2	191/223,6	11,67/13,62	11,4/13,28	10,5/12,26
	Хлеб бел./чёрн.		Компот из сухофруктов	150/180	2,40/2,68	60/72	0,0/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	напиток		Хлеб пшеничный	50/60	1,65/1,98	47/70	0.0/0.0	0.0/0.0	11,7/17,5
			Оладьи с повидлом	15/80 20/100	15,7/19,22	77/92,4	1,8/2,1	1,3/1,6	19,6/27
			Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	77/92,4	1,8/2,16	1,3/1,56	14,5/17,4
					69,30/81,94				