



День 14.12.2023

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

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		Рожки с творогом	80/100	11,32/12,12	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
	гор.напиток		Кофейный напиток на молоке	150/180	11,7/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5/7,9
	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		Свекольник 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		Котлета рыбная	70/70	35,22/44,66	108/112	8,9/11,2	6,2/6,2	3,8/3,8
			Пшеничная каша с маслом	100/130	4,88/6,01	166,6/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
	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
Полдник			Пирожок с повидлом	50/50	18,17/19,26	126/126	2,7/2,7	2,4/2,4	23,4/23,4
	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
					108,01/126,01				