



День	21.12.2023
------	------------

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		Каша молочная рисовая	150/180	17,37/21,09	114/139	3,8/4,8	5,6/6,8	12,2/14,8
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
	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		Рассольник с мясом со сметаной	150/180	15,8/17,3	110/136	5,0/5,9	4,2/5,2	13,0/16,3
	2 блюдо		Котлеты рыбные	80/90	33,22/44,66	108/112	8,9/11,3	6,2/7,1	3,8/4,5
			Ясли/рожки Сад/гороховое пюре	100/120	2,6/7,1	139,5/173	4,3/4,2	3,2/4,6	23,8/2,8
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	2,4/4,04	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	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			Омлет	80/100	41,55/43,08	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
			Чай с сахаром	150/180	3,73/4,18	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
			Хлеб пшеничный	20/25	0,66/0,82	39/58,8	1,6/2,4	0.2/0.3	7,6/11,4
					126,21/152,21				