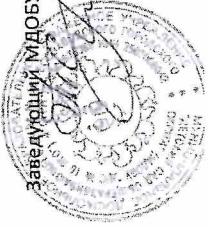


Утверждаю
 Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
 Т. Н. Кирилюк



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

15.01.2024

День

,Приём 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			Каша молочная гречневая	150/180	15,53/18,62	137/183,5	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
			Чай с сахаром	150/180	1,05/1,21	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
			Батон с маслом	4/ 20 5/20	4,87/5,55	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	9,9/9,9
2 завтрак									
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп рыбный с сайрой	180/200	12,5/16,8	123/162	4,2/4,7	5,1/6,1	15,0/22,0
	2 блюдо		Ленивые голубцы с мясом	100/120	10,36/13,86	179/247	10,5/14,5	11,6/16,0	8,2/11,2
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	2,4/2,8	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	3,3/4,62	47/70	4,0/4,8	0,0/0,0	15,0/18,0
			Омлет	80/100	21,11/23,03	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
	напиток		Чай с сахаром	150/180	1,05/1,21	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
			Хлеб пшеничный	20/30	1,32/1,98	23,5/35	2,0/2,4	0,0/0,0	5,85/8,75
					73,49/89,68				