



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп День 05.03.2024

| , Прием пищи | Раздел | № рещ. | 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 пшеничная | 100/120 | 16,76/20,24 | 174/195 | 6,2/7,5 | 6,8/7,9 | 22,3 /23,6 |
| | гор.напиток | | Чай с сахаром | 150/180 | 3,73/4,18 | 77/92,4 | 1,8/2,3 | 1,3/15,6 | 14,5/17,4 |
| | хлеб | | Батон с маслом | 4/20 5/20 | 2,64/3,14 | 78 /82 | 1.6/2,1 | 3.5/4,2 | 9,9/9,9 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | |
| Обед | Закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | Борщ с мясом со сметаной | 180/200 | 15,8/17,3 | 110/136 | 5,0/5,9 | 4,2/5,2 | 13,0/16,3 |
| | 2 блюдо | | Картофельное рагу с мясом | 150/150 | 26,35/28,34 | 202/202 | 9,0/9,0 | 10,6/10,6 | 17,6/17,6 |
| | Напиток | | Компот из сухофруктов | 150/180 | 2,1/3,04 | 47/70 | 0,0/0,0 | 0,0/0,0 | 11,7/18,0 |
| Полдник | Хлеб бел./чёрн. | | Хлеб пшеничный | 50/60 | 3,65/4,4 | 97,5/117 | 4,0/4,8 | 0,5/0,6 | 15,0/18,0 |
| | | | Омлет | 80/100 | 15,55/17,42 | 86,0/107,5 | 5,7/7,1 | 6,35/7,9 | 1,45/1,8 |
| | напиток | | Чай с сахаром | 150/180 | 3,73/4,18 | 77/92,4 | 1,8/2,3 | 1,3/15,6 | 14,5/17,4 |
| | хлеб | | Хлеб | 20/30 | 1,46/2,2 | 47/58,5 | 2,0/2,4 | 0,2/0,3 | 7,5/9,0 |
| | | | | | 91,77/104,44 | | | | |