



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

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп  День 16.05.2024

| , Прием пищи | Раздел          | № рец. | Блюдо                                | Выход, г<br>1,5-3лет/3-7 | Цена<br>1,5-3лет/3-7лет | Калорийность<br>1,5-3лет/3-7 | Белки<br>1,5-3л/3-7 | Жиры<br>1,5-3л/3-7 | Углеводы<br>1-3л/3-7 |
|--------------|-----------------|--------|--------------------------------------|--------------------------|-------------------------|------------------------------|---------------------|--------------------|----------------------|
| Завтрак      | гор.блюдо       |        | Молочная каша вермишелевая           | 150/180                  | 17,35/19,21             | 135/205                      | 4,6/7,0             | 5,1/7,5            | 17,6/28,0            |
|              | гор.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            |        | Батон с маслом                       | 4/ 20 5/20               | 3,62/4,37               | 78 /82                       | 1.6/2,1             | 3.5/4,2            | 9,9/9,9              |
| 2 завтрак    |                 |        |                                      |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
| Обед         | Закуска         |        | Салат со свежей капустой с кукурузой | 40/40                    | 7,88/7,88               | 48/48                        | 3,0/3,0             | 3,0/3,0            | 0,1/0,1              |
|              | 1 блюдо         |        | Рассольник с мясом со сметаной       | 150/250                  | 15,8/17,3               | 110/136                      | 5,0/5,9             | 4,2/5,2            | 13,0/16,3            |
|              | 2 блюдо         |        | Гуляш мясной                         | 110/150                  | 17,95/18,46             | 192/230,8                    | 6,5/7,8             | 8,9/10,7           | 21,4/25,7            |
|              |                 |        | Каша рисовая                         | 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                  | 3,4/4,4                 | 47/70                        | 0,0/0,0             | 0,0/0,0            | 11,7/17,5            |
|              | Хлеб бел./чёрн. |        | Хлеб пшеничный                       | 50/60                    | 3,1/4,04                | 47/70                        | 4.0/4,8             | 0.0/0.0            | 15,0/18,0            |
| Полдник      |                 |        | Маннй пудинг с кисельной заливкой    | 80/100                   | 20,71/21,74             | 141/152                      | 4,5/6,0             | 4,6/4,9            | 20,5/20,8            |
|              |                 |        |                                      |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
|              | напиток         |        | Чай с сахаром                        | 150/180                  | 1,05/1,21               | 41/63                        | 0,1/0,1             | 0,0/0,0            | 10,1/15,6            |
|              |                 |        |                                      |                          | 96,79/105,83            |                              |                     |                    |                      |