



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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

21.05.2024

, 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		Молочная каша геркулесовая	150/180	18,19/23,62	133/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	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			Снежок	100/100	12,0/12,0	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/250	15,58/20,36	76/95	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Гуляш мясной	110/150	15,95/20,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
			Рожки с маслом	100/120	3,6/4,2	139,5/164,4	3,6/4,3	3,1/3,7	23,8/28,5
	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			Суп рыбный сайровый	150/180	14,73/19,37	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	напиток		Чай с сахаром	150/180	1,05/1,21	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
			Хлеб пшеничный	20/25	0,70/0,87	47/70	4.0/4,8	0.0/0.0	15,0/18,0
					92,97/104,11				