



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

ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп 26.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г 1,5-3лет/3-7	Цена 1,5-3лет/3-7 лет	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 гречневая	80/100	16,71/19,59	137/183,6	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									
Обед	Закуска		Огурец свежий	40/40	4,4/4,4	8,9/8,9	0,5/0,5	0,1/0,1	1,5/1,5
	1 блюдо		Суп рисовый с мясом	150/250	11,58/12,36	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Картофельное пюре	100/120	9,24/9,64	82/98,4	1,9 /2,2	3,0/3,6	11,9/17,5
	Напиток		Рыба в кляре	80/80	25,36 /25,36	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
Полдник	Хлеб бел./чёрн.		Компот из сухофруктов	150/180	3,4/4,4	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
			Хлеб пшеничный	50/60	3,1/4,04	47/70	4,0/4,8	0,0/0,0	15,0/18,0
			Омлет	80/100	41,55/43,08	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
			Икра кабачковая	40/40	2,96/2,96	44,4/44,4	0,51/0,51	3,99/3,99	1,53/1,53
	напиток		Чай с сахаром	150/180	12,07/12,2	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
			Хлеб пшеничный	20/25	0,70/0,87	39/58	1,6/2,4	0,2/0,3	7,6/11,4
					135,74/144,48				