



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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

30.05.2024

, 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 гречневая	150/180	18,76/20,64	174/195	6,2/7,5	6,8/7,5	22,3/23,6
	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			Яблоко	130/150	19,5/22,5	95/128	4,8/6,2	0,0/0,1	16,5/21,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Щи морские с мясом со сметаной и яйцом	150/250	25,05/28,2	123/162	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Гуляш мясной	110/150	24,95/25,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
			Ясли/картофельное пюре Сад/гороховое пюре	100/120	10,24/12,24	82/90	1,9/3,1	3,0/2,6	11,9/13,5
	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			Рожки с творогом	80/100	21,32/22,12	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
					132,04/146,39				