



МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

01.10.2024

ДОУ

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		Запеканка творожная со сгущённым молоком	80/100	35,45/45,53	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10/12
	гор.напиток		Какао на молоке	150/180	12,07/12,2	90/119	4,0/4,8	3,1/4,2	11,5/15,4
	хлеб		Батон с сыром	5/ 20 6/20	4,42/5,35	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	8,9/9,9
2 завтрак			Ясли/сок ,Сад/йогурт	100/100	3,8/7,1	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Салат огурцы, помидоры	40/50	5,45/6,43	8,9/8,9	0,5/0,5	0,1/0,1	1,5/1,5
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/250	17,91/19,67	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Котлета мясная	60/65	20,36/22,54	103/103	8,0/8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
	Напиток		Каша гречневая	100/120	6,57/7,86	91/123,6	3,1/3,6	2,6/3,2	13,5/14,2
Полдник	Хлеб бел./чёрн.		Компот из сухофруктов	150/180	4,48/5,65	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
			Хлеб пшеничный	50/60	3,5/4,9	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
			Молочная каша вермишелевая	80 /100	16,55/17,08	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
	напиток		Чай с сахаром	150/180	2,32/5,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5/7,9
			Хлеб пшеничный	20/20	0,7/0,7	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
					133,58/159,85				