



05.09.2022

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./ корп

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 пшённая	150/180	17,76/19,62	174/195	6,2/7,5	6,8/7,2	17,6/28,0
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,76	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
	хлеб		Батон с маслом	4/20 5/20	5,03/6,11	68 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	7,6/8,9
			Сок		100/100	8,5/8,5	45/45	0,3/0,3	0,0/0,0
2 завтрак									
Обед	Закуска					98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	1 блюдо		Суп рыбный с сайрой	180/200	8,75/10,9	103/103	8,0/8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
	2 блюдо		Котлеты мясные	65/70	19,0/21,54	166,6/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
			Рис с маслом	100/130	4,94/5,83	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	2,99/3,32	97,5/117	4,0/4,8	0.5/0.6	15,0/18,0
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	1,65/1,98				
			Ватрушка царская с молочным соусом	80/100	34,33/50,88	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10/12
Полдник						72/86	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5/7,9
	напиток		Кофейный напиток на молоке	150/180	11,7/14,04				
	хлеб				115,38/143,48				