

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

День 30.07.2024

Отд./корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

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		Каша молочная манная	150/180	15,66/17,64	133/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	22,3/15,75
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	1,15/1,32	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
	хлеб		Батон с маслом	4/20 5/20	2,64/3,14	78/82	1.6/2,1	3.5/4,2	9,9/9,9
2 завтрак			Снежок	100/100	12,0/12,0	45/45	0,3/0,3	0,0/0,0	11/11
	Закуска		Огурец свежий	40/40	2,8/2,8	48/48	1,1/1,1	3,0/3,0	4,1/4,1
Обед	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	180/200	16,8/17,3	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Котлета мясная	60/70	36,22/45,66	112/147	11,2/14,5	6,2/6,8	2,8/3,4
			Каша гречневая	100/120	4,94/5,83	90/90	3,1/3,1	2,6/2,6	13,5/13,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	2,40/2,68	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	1,60/1,92	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник			Омлет	80/100	41,55/43,08	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
			Кукуруза	40/40	2,68/2,68	21/21	1,9/1,9	0,1/0,1	3,1/3,1
	напиток		Чай с сахаром	150/180	1,15/1,32	72/86	3,4/4,9	4,0/4,6	5,5/7,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	20/25	0,70/0,87	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
					142,29/158,24				