



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО Отд./корп День 31.07.2024

, 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 геркулесовая	150/180	16,19//21,62	133/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	1,15/1,32	41/63	0,1/0,3	0,0/0,0	10,1/15,6
	хлеб		Батон с маслом	4/ 20 5/20	5,37/6,16	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	8,9/9,9
2 завтрак			Сок	100/100	9,9/9,9	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Огурец свежий	40/40	2,8/2,8	8,9/8,9	0,5/0,5	0,1/0,1	1,5/1,5
	1 блюдо		Суп гречневый с мясом	150/250	15,48/17,66	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Рыба в кларе	80/80	25,36/25,36	112/112	11,2/11,2	6,2/6,2	2,8/2,8
	Напиток		Картофельное пюре	100/120	9,24/11,64	82/98,4	1,9/2,2	3,0/3,6	11,9/14,3
Полдник	Хлеб бел./чёрн.		Кисель	150/180	2,48/2,65	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
			Рожки с овощами	150/180	18,85/19,46	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
	напиток		Кофейный напиток на молоке	150/180	12,7/15,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5/7,9
					123,02/138,51				