



ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День 08.10.2024

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		Каша молочная пшённая	80/100	17,76/19,62	174/195	6,2/7,5	8,2/7,9	
	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	4,3/5,2	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	8,9/9,9
2 завтрак			Ясли/Сок сад/снежок	100/100	3,8/12,0	45/45	0,3/0,3	0,0/0,0	11/11
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/250	18,48/20,66	76/95	1,8/2,4	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Каша гречневая	100/120	3,94/4,85	139/164	3,6/4,3	3,1/3,7	23,8/28,5
			Сырок мясной	50/60	22,0/23,4	112/147	11,2/14,5	6,2/6,8	2,8/3,4
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	4,5/5,4	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	3,5/4,9	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
Полдник			Омлет	80 /100	41,33/43,88	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
			Кукуруза	40/40	2,68/2,68	44,4/44,4	0,51/0,51	3,99/3,99	1,53/1,53
		напиток	Чай с молоком	150/180	5,62/7,22	77/85	1,8 /2,3	1,3/1,6	14,5/16,9
			Хлеб пшеничный	20/20	0,70/0,70	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
					129,66/151,72				