



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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

18.09.2024

, 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 рисовая	80/120	15,35/16,24	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	2,15/2,32	41/63	0,1/0,3	0,0/0,0	10,1/15,6
	хлеб		Батон с маслом	3/ 20 4/20	5,0/6,84	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	8,9/9,9
2 завтрак									
Обед	Закуска		Салат огурцы помидоры	40/40	8,91/8,91	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/250	18,58/20,36	76/95	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Картофельное пюре	100/120	9,24/9,64	1,9/2,2	3,0/3,6	8,9/10,7	11,9/14,3
			Котлета рыбная	50/60	25,33/26,12	108/112	8,9/11,2	6,2/7,1	3,8/4,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	4,48/5,65	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	31,55/33,08	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	14,85/15,82	72/86	3,4/4,9	4,0/4,6	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
					142,32/153,26				