



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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

19.09.2024

| , Прием пищи | Раздел             | № рец. | Блюдо  | Выход, г<br>1,5-3лет/3-7 | Цена<br>1,5-3лет/3-7лет | Калорийность<br>1,5-3лет/3-7 | Белки<br>1,5-3л/3-7 | Жиры<br>1,5-3л/3-7 | Углеводы<br>1-3л/3-7 |
|--------------|--------------------|--------|--|--------------------------|-------------------------|------------------------------|---------------------|--------------------|----------------------|
| Завтрак      | гор.блюдо          |        | Каша молочная пшённая                        | 80/120                   | 16,35/18,24             | 174/195                      | 6,2/7,5             | 6,8/7,9            | 22,3/23,6            |
|              | 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                               | 4/ 20 5/20               | 5,0/6,84                | 78 /82                       | 1.6/2,1             | 3.5/4,2            | 8,9/9,9              |
|              |                    |        |  |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
| 2 завтрак    |                    |        |  |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
| Обед         | Закуска            |        | Салат помидоры, капуста свежая               | 40/40                    | 8,91/8,91               | 48/48                        | 3,0/3,0             | 3,0/3,0            | 0,1/0,1              |
|              | 1 блюдо            |        | Суп рисовый с мясом                          | 150/250                  | 17,58/19,36             | 76/95                        | 1,8/2,3             | 2,5/3,1            | 11,6/14,5            |
|              | 2 блюдо            |        | Ясли/Картофельное пюре<br>Сад/Гороховое пюре | 100/120                  | 8,24/7,24               | 82/90                        | 1,9/3,1             | 3,0/2,6            | 11,9/13,5            |
|              |                    |        | Котлета мясная                               | 50/60                    | 26,33/27,12             | 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<br>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      |                    |        | Кулебяка с рыбой                             | 80 /100                  | 21,55/23,08             | 86/107,5                     | 5,7/7,1             | 6,35/7,9           | 1,45/1,8             |
|              |                    |        |  |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
|              | напиток            |        | Чай с сахаром                                | 150/180                  | 2,15/2,32               | 72/86                        | 3,4/4,9             | 4,0/4,6            | 5,5/7,9              |
|              |                    |        |  |                          | 116,24/125,98           |                              |                     |                    |                      |