



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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

20.09.2024

, 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		Рожки с творогом	80/120	19,35/20,34	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 капуста свежая с морковью	40/40	6,91/6,91	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Свекольник 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		Каша пшеничная с маслом	100/120	6,24/7,48	82/90	1,9/3,1	3,0/2,6	11,9/13,5
			Тефтели мясные	50/70	28,35/29,21	114,2/123	5,7/7,2	6,2/6,8	10,13/11,3
	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			Каша молочная «рябчик»	80 /100	17,55/18,08	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
					114,26/124,41				