



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

ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

25.09.2024

, 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		Молочная каша геркулесовая	150/180	16,19/21,62	133/186,5	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	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	10/ 20 10/20	2,25/2,25	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	8,9/9,9
2 завтрак			Сок	100/100	3,8/9,9	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Салат помидоры, огурцы	30/40	7,9/8,9	18,5/25	0,3/0,4	1,5/2,0	1,0/1,3
	1 блюдо		Суп гречневый с мясом	150/250	17,48/19,66	98/113	3,9/4,1	4,0/4,2	11,5/14,8
	2 блюдо		Рыба в кляре	50/60	30,22/32,66	108/112	8,9/11,2	6,2/7,1	3,8/4,5
			Картофельное пюре	100/120	8,24/9,64	82/98,4	1,9/2,2	3,0/3,6	11,9/14,3
	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			Маннй пудинг с кисельной заливкой	80 /100	17,71/18,74	141/152	4,5/6,0	4,6/4,9	20,5/20,8
	напиток		Какао на молоке	150/180	12,07/12,2	90/119	4,0/4,8	3,1/4,2	11,2/15,4
					125,99/148,44				