

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



День 03.12.2024

Отд./корп

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

ДОУ

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 манная	150/180	17,91/18,88	133/186,5	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	3,66/4,09	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/17,4
	хлеб		Батон с маслом	4/ 20 5/20	6,45/7,85	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	8,9/9,9
2 завтрак			Йогурт	100/100	7,1/7,1	69/92	0,7/1,8	0,0/0,1	16,5/21,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	180/200	18,58/21,36	76/95	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6 /14,5
	2 блюдо		Окорочок порционный	60/70	20,0/21,54	114,2/114,2	5,7/5,7	5,6 /5,6	10,13/10,13
			Каша гречневая	100/120	4,94/5,83	139,5/164,4	3,6/4,3	3,2/3,7	23,8/28,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	1,64/2,3	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	1,9/2,28	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
			Плов фруктовый с яблок	80 /100	19,68/20,31	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10,0/12,0
	напиток		Кофейный напиток на молоке	150/180	15,79/15,95	72/86	3,4/4,9	4,0/4,0	5,5/7,9
					117,65/127,49				