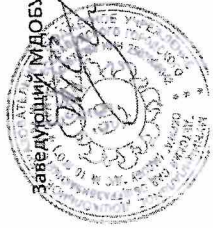


Утверждаю
 Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
 Т.Н. Кирилюк



МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День 04.12.2024

, 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				
										Молочная каша пшеничная	Чай с сахаром	Батон с сыром	Сок
Завтрак	гор.блюдо		Молочная каша пшеничная	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 сыром	6 /25 8/25	4,75/6,05	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	8,9/9,9				
2 завтрак			Сок	100/100	3,8/9,9	69/92	0,7/1,8	0,0/0,1	16,5/21,0				
Обед	Закуска		Капуста свежая с морковью	40/40	3,64/4,63	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1				
	1 блюдо		Суп вермишелевый с мясом	180/200	17,58/20,36	76/95	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6 /14,5				
	2 блюдо		Котлета рыбная	60/70	20,06/25,54	114,2/114,2	5,7/5,7	5,6 /5,6	10,13/10,13				
	Напиток		Каша рисовая	100/120	4,94/5,83	139,5/164,4	3,6/4,3	3,2/3,7	23,8/28,5				
Полдник	Хлеб бел./чёрн.		Компот из сухофруктов	150/180	1,64/2,3	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5				
			Хлеб пшеничный	50/60	1,9/2,28	47/70	4.0/4,8	0.5/0.6	15,0/18,0				
			Омлет	80 /100	24,53/25,58	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10,0/12,0				
			Зелёный горошек	30/40	2,25/3,0	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/17,4				
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,66/4,09	47/70	4.0/4,8	0.5/0.6	15,0/18,0				
			Хлеб пшеничный	50/60	1,9/2,28	47/70	4.0/4,8	0.5/0.6	15,0/18,0				
					112,22/134,81								