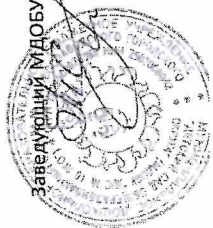


Утверждаю
Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО
Т.Н. Кириллук



МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

ДОУ

День

13.01.2025

| 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 | | Молочные рожки | 150/180 | 18,66/21,64 | 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 | 4/25 5/25 | 4,60/5,75 | 78 /82 | 1.6/2,1 | 3.5/4,2 | 8,9/9,9 |
| 2 завтрак | | | Сок | 100/100 | 10,0/10,0 | 69/92 | 0,7/1,8 | 0,0/0,1 | 16,5/21,0 |
| Обед | Закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | Суп рисовый с мясом | 150/250 | 21,58/22,36 | 98/113 | 3,9/4,1 | 4,0/4,2 | 11,5/14,8 |
| | 2 блюдо | | Каша гречневая | 100/120 | 4,58/6,34 | 91/123,6 | 3,1/3,6 | 2,6/3,2 | 13,5/14,2 |
| | | | Котлета мясная | 60/70 | 20,2/22,45 | 192/230,8 | 6,5/7,8 | 8,9/10,7 | 21,4/25,7 |
| | 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 |
| | | | Картофельное рагу с мясом | 100/120 | 25,6/27,42 | 77/92,4 | 1,8/2,1 | 1,3/1,6 | 19,6/27 |
| | напиток | | Чай с сахаром | 150/180 | 3,66/4,09 | 72/86 | 3,4/4,9 | 4,0/4,0 | 5,5/7,9 |
| | | | | | 116,08/128,72 | | | | |