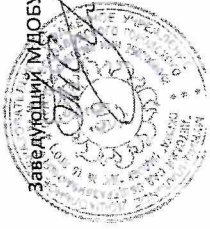


Утверждаю  
 Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО  
 Т.Н. Кириллук



ДОУ МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День

15.11.2024

,Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Молочная каша геркулесовая	150/180	18,71/19,24	137/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	1,05/1,21	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/17,4
	хлеб		Батон с маслом	4/20 5/20	4,36/5,26	78/82	1,6/2,1	3,5/4,2	8,9/9,9
2 завтрак									
Обед	Закуска		Салат с капустой и морковью	40/50	5,91/6,11	18,5/25	0,3/0,4	1,5/2,0	1,0/1,3
	1 блюдо		Свекольник с мясом со сметаной	180/200	20,43/22,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Рожки с маслом	100/120	8,24/9,24	82/90	1,9/3,1	3,0/2,6	11,9/13,5
			Тефтели мясные	50/60	30,22/31,66	108/112	8,9/11,2	6,2/7,1	3,8/4,5
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	3,99/4,32	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник	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
			Омлет	80/100	31,45/34,08	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
			Кукуруза	40/40	2,68/2,68	21/21	1,9/1,9	0,1/0,1	3,1/3,1
	напиток		Чай с сахаром	150/180	1,05/1,21	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/17,4
			Хлеб пшеничный	20/20	0,76/0,76	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
					<b>132,35/143,56</b>				