

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



ДОУ	МДОБУ Д/С № 10 ЛГО	Отд./корп	День	16.10.2024
-----	--------------------	-----------	------	------------

,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		Каша молочная геркулесовая	150/180	17,75/18,76	114/139	3,8/4,8	8,2/7,9	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	10,1/15,6
	хлеб		Батон с маслом	4/ 20 5/20	4,21/4,79	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	8,9/9,9
2 завтрак			Груша	80/80	14,4/14,4	45/45	0,3/0,3	0,0/0,0	11/11
Обед	Закуска		Салат со свежей капусты с морковью	40/40	4,6/4,6	8,9/8,9	0,5/0,5	0,1/0,1	1,5/1,5
	1 блюдо		Суп с фрикадельками вермишелевый	150/250	18,91/19,67	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Гуляш мясной	65/70	20,0/22,54	103/103	8,0/8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
Полдник	Напиток		Рис с маслом	100/130	4,88/6,01	166,6/227,2	2,99/4,08	3,39/4,63	31,0/42,3
	Хлеб бел./чёрн.		Компот из сухофруктов	150/180	4,5/5,4	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
			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	31,55/33,08	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
			Кукуруза	40/40	2,68/2,68	21/21	1,9/1,90	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	10,1/15,6
			Хлеб пшеничный	20/20	0,76/0,76	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
					129,84/134,61				