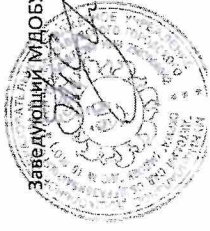


Утверждаю  
 Заведующий МДОБУ Д/С № 10 ЛГО  
 Т.Н. Кирилюк



ДОУ	МДОБУ Д/С № 10 ЛГО	Отд./корп	День	30.10.2024
-----	--------------------	-----------	------	------------

, 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		Молочная каша геркулесовая	150/180	18,75/20,76	114/139	3,8/4,8	5,6/6,8	12,2 /14,8
	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	4,36/5,26	78 /82	1.6/2,1	3.5/4,2	8,9/9,9
2 завтрак			Сок	100/100	3,8/9,9	75/75	4,4/4,4	4,0/4,0	6,0/6,0
Обед	Закуска		Салат с капустой и морковью	40/40	8,91/8,91	18.5/25	0,3/0,4	1,5/0,4	1,0/1,3
	1 блюдо		Суп гороховый с мясом	180/200	18,58/19,36	136/1855	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3 /21,3
	2 блюдо		Картофельное пюре	100/120	10,24/10,64	82/98,4	1,9/2,2	3,0/3,6	11,9/14,3
	Напиток		Рыба в кляре горбуша	50/70	31,0/33,54	103/112	8,0/8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
	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
Полдник			Омлет	150 /180	31,55/33,08	86/107,5	5,7/7,1	6,35/7,9	1,45/1,8
			Зелёный горошек	40/40	2,8/2,8	21/21	1,9/1,9	0,1/0,1	3,1/3,1
			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
					140,85/157,73				