



ДОУ

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

День 18.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Молочная каша пшённая	100/120	19,91/20,88	133/183,6	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	5/25 5/25	7,15/7,15	78 /82	1,6/2,1	3,5/4,2	8,9/9,9
2 завтрак			Йогурт	100/100	7,3/7,3	69/92	0,7/1,8	0,0/0,1	16,5/21,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/250	20,58/22,3	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Гречка с маслом	100/120	5,2/6,3	82/98,4	8,0/8,0	2,6/3,2	13,5/14,2
			Котлета мясная	60/70	19,2/23,45	103/103	8,0/8,0	6,2/6,2	3,8/3,8
	Напиток		Компот с сухофруктов	150/180	1,64/2,3	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	Хлеб		Хлеб пшеничный бел./чёрн.	50/60	2,1/2,52	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
Полдник			Сырники творожные с молочной заливкой	80/100	35,45/45,53	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10/12
			Кофейный напиток на молоке	150/180	11,7/14,04	47/47	0,4/0,4	0,4/0,4	9,8/9,8
	Напиток		Яблоко	150/180	25,5/30,6				
					159,39/186,36				