

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



ДОУ

МДОБУ Д/С 10 ЛМО

Отд./корп

День

04.08.2025

| Прием пищи | Раздел          | № рец. | Блюдо                     | Выход, г<br>1,5-3лет/3-7 | Цена<br>1,5-3лет/3-7лет | Калорийность<br>1,5-3лет/3-7 | Белки<br>1,5-3л/3-7 | Жиры<br>1,5-3л/3-7 | Углеводы<br>1-3л/3-7 |
|------------|-----------------|--------|---------------------------|--------------------------|-------------------------|------------------------------|---------------------|--------------------|----------------------|
| Завтрак    | гор.блюдо       |        | Каша молочная рисовая     | 200                      | 26,94                   | 135                          | 4,6                 | 5,1                | 17,6                 |
|            | гор.напиток     |        | Кофейный напиток          | 180                      | 1,08                    | 63                           | 0,1                 | 0,0                | 17,4                 |
|            | хлеб            |        | Бутерброд с маслом        | 20/5                     | 8,56                    | 78                           | 1,6                 | 3,5                | 9,9                  |
|            |                 |        |                           |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
| 2 завтрак  |                 |        | Сок                       | 100                      | 11,7                    | 92                           | 1,8                 | 0,1                | 21                   |
| Обед       | Закуска         |        |                           |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
|            | 1 блюдо         |        | Суп гречневый с окороками | 250                      | 18,2                    | 185                          | 9,3                 | 6,9                | 21,3                 |
|            | 2 блюдо         |        | Гуляш мясной              | 70                       | 18,5                    | 198                          | 6,3                 | 5,7                | 1,7                  |
|            |                 |        | Каша пшеничная с маслом   | 120                      | 5,1                     | 90                           | 3,1                 | 2,6                | 13,5                 |
| Полдник    | Напиток         |        | Компот из сухофруктов     | 180                      | 2,34                    | 60                           | 0,5                 | 0,0                | 15,0                 |
|            | Хлеб бел./чёрн. |        | Хлеб пшеничный            | 70                       | 5,88                    | 19                           | 0,8                 | 0,1                | 3,8                  |
|            |                 |        | Омлет натуральный         | 80                       | 16,92                   | 258                          | 12,6                | 15,9               | 23,6                 |
|            |                 |        | Кукуруза кон.             | 40                       | 7,04                    | 73                           | 4,5                 | 0,25               | 11,2                 |
|            |                 |        | Хлеб                      | 20                       | 1,68                    | 8                            | 0,3                 | 0,1                | 1,76                 |
|            | напиток         |        | Чай с сахаром             | 180                      | 1,08                    | 63                           | 0,1                 | 0,0                | 17,4                 |
|            |                 |        |                           |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
|            |                 |        |                           |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
|            |                 |        |                           |                          | 125,02                  |                              |                     |                    |                      |