



ДОУ	МДОБУ ДС № 10 ЛГО	Отд./корп		День	16.07.2025
-----	-------------------	-----------	--	------	------------

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 пшеничная	180	24,52	186,5	7,7	10,3	15,75
	гор.напиток		Чай с молоком	180	10,45	63	2,3	1,6	16,9
	хлеб		Бутерброд с маслом	20/5	8,56	100	3,5	3,4	14,2
2 завтрак			Сок	100	11,7	92	1,8	0,1	21
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Рассольник с мясом со сметаной	250	23,13	95	2,4	3,1	14,4
	2 блюдо		Картофельное пюре	120	17,65	123,6	3,6	3,2	14,2
			Горбуша жаренная	60	31,83	147	14,5	6,8	3,4
	Напиток		Компот из сухофруктов	180	2,3	60	0,5	0,0	15,0
Полдник	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50	4,2	19	0,8	0,1	3,8
			Пирожок с повидлом	70	14,01	258	12,6	15,9	23,6
	напиток		Чай с сахаром	200	1,08	63	0,1	0,0	17,4
					149,43				