

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



| ДОУ        |                 | МДОБУ Д/С № 10 ЛГО |                              | Отд./корп                |                         | День                         |                     | 21.05.2025         |                      |
|------------|-----------------|--------------------|------------------------------|--------------------------|-------------------------|------------------------------|---------------------|--------------------|----------------------|
| 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       |                    | Молочная каша вермишелевая   | 150/180                  | 18,66/20,64             | 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  |                 |                    | Сок                          | 100/100                  | 11,7/11,7               | 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                  | 21,58/23,06             | 76/95                        | 1,8/2,4             | 2,5/3,1            | 11,6/14,5            |
|            | 2 блюдо         |                    | Картофельное пюре            | 100/120                  | 10,57/11,86             | 91/123,6                     | 3,1/3,6             | 2,6/3,2            | 13,5/14,2            |
|            |                 |                    | Рыба в кляре                 | 50/70                    | 28,07/32,10             | 112/147                      | 11,2/14,5           | 6,2/6,8            | 2,8/3,4              |
|            | Напиток         |                    | Компот из сухофруктов        | 150/180                  | 2,1/2,52                | 47/70                        | 0,0/0,0             | 0,0/0,0            | 11,7/17,5            |
| Полдник    | Хлеб бел./чёрн. |                    | Хлеб пшеничный               | 50/70                    | 2,1/2,52                | 47/70                        | 4,0/4,8             | 0,5/0,6            | 15,0/18,0            |
|            |                 |                    | Булочка со сгущённой варёной | 50/70                    | 21,45/23,08             | 171/258                      | 8,5/12,6            | 8,4/15,9           | 15,7/23,6            |
|            |                 |                    | Чай с сахаром                | 150/180                  | 3,66/4,09               | 41/63                        | 0,1/0,1             | 0,0/0,0            | 14,5/17,4            |
|            | напиток         |                    |                              |                          |                         |                              |                     |                    |                      |
|            |                 |                    |                              |                          | 130,7/140,29            |                              |                     |                    |                      |