

Утверждаю:



*Т.Н. Кирилук*  
Т.Н. Кирилук

ДОУ

МДОБУ Д С 10 ЛМО

Отд./корп

День

11.09.2025

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 геркулесовая	150 /200	17,45/19,53	133/183,6	6,4/7,7	7,4/10,3	10,3/15,75
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/170	3,66/4,09	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/15,6
	хлеб		Батон с маслом	20/5 20/5	8,06/8,6	78/68	1,6/0,6	3,5/0,2	8,9/20,5
2 завтрак			Сок	100/100	11,8/11,8	45/45	0,3/0,3	0,0/0,0	11/11
Обед	Закуска		Салат со свежей капустой с морковью	40/50	9,64/10,69	48/48	1,1/1,1	3,0/3,0	4,1/4,1
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/200	20,54/22,91	1366/185	1,8/2,3	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 жареная горбуша	50/70	20,0/21,0	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,7
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	2,99/3,32	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/70	3,15/3,38	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
Полдник			Рожки с творогом	100/130	12,32/13,12	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
	напиток		Кофейный напиток на молоке	150/180	11,7/14,04	78/68	2,3/2,3	1,6/1,6	16,9/16,9
					<b>131,88/144,34</b>				