

Утверждаю:



Т.Н. Кирилюк
Т.Н. Кирилюк

ДОУ

МДОБУ Д С 10 ЛМО

Отд./корп

День

24.09.2025

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		Омлет	150 /200	31,55/33,08	133/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	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	3,06/4,69	78/68	1,6/0,6	3,5/0,2	8,9/20,5
			Икра овощная	40/40	3,46/6,47	44,4/44,4	0,51/0,51	3,99/3,99	1,53/1,53
2 завтрак			Сок	100/100	3,8/11,8	75/75	0,7/1,8	0,0/0,1	16,5/21,0
Обед	Закуска		Салат из свежей капусты с морковью и кукурузой	30/40	8,88/9,01	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Суп рисовый с окороками	150/200	18,54/20,16	136/185	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Картофельное пюре	100/120	11,94/12,86	91/123,6	3,1/3,6	2,6/3,2	13,5/14,2
			Тефтели рыбные в сметано томатном соусе	50/80	24,34/26,02	83/83	6,3/6,3	5,7/5,7	1,7/1,7
	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			Манная каша пшённая	150/ 180	18,25/20,59	114/114	8,5/12,6	2,6/15,9	18,7/23,6
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,66/4,09	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/15,6
			Хлеб пшеничный	20/25	1,91/2,0	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
					139,19/161,56				