

Утверждаю:



Т.Н. Кирсанова

День	07.10.2025
------	------------

Отд./корп

МДОБУ Д С 10 ЛМО

ДОУ

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 манная	150 /200	18,91/19,88	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 повидлом	20/10 20/10	3,15/3,33	78/68	1,6/0,6	3,5/0,2	8,9/20,5
2 завтрак			Сок	100/100	11,8/11,8	69/92	0,7/1,8	0,0/0,1	16,5/21,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/200	21,68/22,48	136/185	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Котлета мясная	50/70	20,3/20,18	91/123,6	3,1/3,6	2,6/3,2	13,5/14,2
Полдник			Ясли -картофельное пюре	100/120	9,86/5,6	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,2
	Напиток		СаД- каша перловая с маслом	150/180		47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
			Компот из сухофруктов		3,1/4,04	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
Полдник	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/70	4,2/5,21				
			Омлет	80/100	31,55/33,8	171/258	8,5/12,6	2,6/15,9	18,7/23,6
			Икра кабачковая	30/40	3,22/3,96	21/21	1,9/1,9	0,1/0,1	3,1/3,1
	напиток		чай с сахаром	150/180	3,66/4,09	72/86	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/15,6
			Хлеб пшеничный	20/25	2,2/3,21	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
					137,29/141,67				