

Утверждаю:



Т.Н. Кирелок

ДОУ

МДОБУ Д С 10 ЛМО

Отд./корп

День 09.10.2025

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 гречневая	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 маслом	20/5 20/5	4,64/4,14	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		Щи морские на мясном бульоне со сметаной	150/200	21,4/22,2	136/185	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Запеканка рисовая с фаршем	140/150	18,02/19,03	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,2
Полдник	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	3,1/4,04	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/70	4,2/5,21	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
			Рожки с творогом	100/130	18,53/20,58	171/258	8,5/12,6	2,6/15,9	18,7/23,6
	напиток		Кисель	150/180	4,06/4,99	72/86	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/15,6
					108,32/115,96				