

Утверждаю:



Т.Н. Каренин

13.11.2025

ДОУ

МДОБУ ДС 10 ЛМО

Отд./корп

День

13.11.2025

Прием пищи	Раздел	№ реч.	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 рисовая	150 /200	19,81/20,88	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	14,5/15,6
	хлеб		Батон с маслом	20/5 20/5	7,1/7,27	78/68	1,6/0,6	3,5/0,2	8,9/20,5
2 завтрак			Сок	100/100	6,55/21,56	62/92	0,7/1,8	0,0/0,1	16,5/21,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Свекольник на мясном бульоне со сметаной	150/200	20,58/21,01	136/185	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
			Гречка с маслом	120/160	7,2/8,7	91/123,6	3,1/3,6	2,6/3,2	13,5/21,3
	2 блюдо		Гуляш мясной	50/70	15,1/16,3	112/147	11,2/14,5	6,2/6,8	2,8/3,4
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	4,3/4,64	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/70	3,52/5,15	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
Полдник			Рожки с творогом	120/ 150	14,56/15,7	171/258	8,5/12,6	2,6/15,9	18,7/23,6
	напиток		Кисель	150/180	3,66/4,55	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/15,6
					106,04/129,85				