

Утверждаю:



Т.Н. Киряков

ДОУ	МДОБУДС 10 ЛМО		Отд./корп		День	13.10.2025

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 вермишелевая	150 /200	21,91/22,88	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	3,04/3,94	78/68	1,6/0,6	3,5/0,2	8,9/20,5
2 завтрак									
Обед	Закуска		Салат со свежей капустой с зелёным горошком	40/40	7,95/8,05	48/48	3,0/3,0	3,0/3,0	0,1/0,1
	1 блюдо		Суп крестьянский с окороками	150/200	20,4/21,2	136/185	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Плов с мясом	140/150	22,02/23,03	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,2
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	3,1/4,04	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/70	5,25/5,89	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
			Сырники с молочным соус	50/70	48,18/58,48	171/258	8,5/12,6	2,6/15,9	18,7/23,6
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,66/4,09	72/86	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/15,6
					139,17/155,69				