

Утверждаю:



Т.Н. Кирилов

День	16.10.2025
------	------------

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 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	7,7/7,3	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		Суп кучерявый с яйцом на мясном бульоне со сметаной	150/200	18,58/19,3	136/185	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Гуляш мясной	50/70	18,02/20,03	192/230,8	6,5/7,8	8,9/10,7	21,4/25,2
			Рожки с маслом	100/120	5,58/6,34	91/123,6	3,1/3,6	2,6/3,2	13,5/21,3
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	3,1/3,34	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
Полдник	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/70	4,86/5,45	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
			Запеканка рисовая с творогом со сгущённым молоком	10/120 10/ 130	33,18/38,1	171/258	8,5/12,6	2,6/15,9	18,7/23,6
	напиток		Цикорий на молоке	150/180	15,5/16,5	72/86	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/15,6
					140,89/152,13				