

Утверждаю:



Т.Н. Кирдяков

День	20.10.2025
------	------------

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	19,91/20,88	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	7,1 /7,28	78/68	1,6/0,6	3,5/0,2	8,9/20,5
2 завтрак									
Обед	Закуска		Салат со свежей капусты с кукурузой	40/40	9,05/9,69	48/48	1,1/1,1	3,0/3,0	4,1/4,1
	1 блюдо		Суп вермишелевый с окороками со сметаной	150/200	20,58/21,3	136/185	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Плов с мясом	150/150	24,58/25,34	91/123,6	3,1/3,6	2,6/3,2	13,5/21,3
Полдник	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	3,1/3,34	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	30/40	2,20/3,64	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
			Омлет	80/100	33,18/44,1	171/258	8,5/12,6	2,6/15,9	18,7/23,6
			Икра кабачковая	30/40	6,7/7,96	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	1,67/2,32	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
					135,39/154,03				